

ÅRSMELDING 2019



Innhold

KLINISK ARBEID

- 4 Klinikken
- 5 Statistikk: Hvor kommer pasientene fra?
- 6 HPV-vaksinering
- 6 PEP
- 6 Samtalegrupper
- 7 Sexologisk rådgivning
- 7 Personer som kjøper sex
- 8 Chat og chatbot
- 10 Prevensjonsguiden
- 11 Sexogsamfunn.no
- 12 Dypdykk i statistikken

UNDERVISNING

- 18 Onsdagskurs
- 19 Kurs
- 19 Hospitering
- 20 Seksualitetsundervisning for niendeklassinger
- 21 Superbruker p-stav
- 22 Personer med minoritetsetnisk bakgrunn
- 22 Prevensjonspermen
- 23 Metodebok for seksuell helse
- 24 HFU-dagene 2019

PÅVIRKNINGSARBEID

- 26 Politiske saker 2019
- 29 Nasjonalt SRHR-nettverk
- 30 Politiske innspill
- 32 Skamløsprisen 2019
- 34 Ungdomsgruppa
- 34 Vulva.no
- 36 Medieoppslag i 2019

Stiftelsen Sex og samfunn

FORMÅL

Sex og samfunn er en ideell stiftelse som har som formål å arbeide for seksuell og reproduktiv helse og rettigheter, både på individ-, gruppe- og samfunnsnivå. Arbeidet skal være forankret i prinsippet om at alle individer har kontroll og bestemmer fritt over egen kropp og seksualitet. Stiftelsen skal arbeide for dette formålet gjennom klinisk og pedagogisk virksomhet, samt gjennom faglig utvikling og gjennom påvirkningsarbeid. Stiftelsen er partipolitisk uavhengig.

STYRET

Sex og samfunns styre ledes av Britt-Ingjerd Nesheim. Styremedlemmer i 2019 var Freddy André Øvstegård (nestleder), Nora Mehlsen, Elisabeth Swärd, Marius Johansen og ansattrepresentant Stine Solli (tom. mars) og Anneli Rønes (fom. mars). Vara for ansattrepresentant var Line Bø Lerén.

ANSATTE

I 2019 var det 18 personer (12,80 årsverk) i faste stillinger. I tillegg tok 51 personer (5,88 årsverk) vakter ved klinikken (inkludert HPV-vaksinering), som underviser og vakter ved vår chat-tjeneste. Totale årsverk var 18,68. Maria Røsok er daglig leder og Tore Holte Follestad er assisterende daglig leder.

FINANSIERING

Sex og samfunn finansieres av tilskudd fra Oslo kommune, Helsedirektoratet og Justisdepartementet, samt egne inntekter fra kurs og undervisning, salg av *Metodebok for seksuell helse* og *Prevensjonspermen*, og inntekter fra HPV-vaksinering. I 2019 hadde Sex og samfunn en driftsinntekt på 21,2 millioner kroner og et underskudd på 430 505 kroner.

HISTORIE

Sex og samfunn ble etablert 8. februar 1971 som Sosialistiske legers forenings klinikk for seksuell opplysning (SOSLF). I 1990 ble SOSLF slått sammen med Oslo Arbeidersamfunns kontor for prevensjon og abort, og navnet ble endret til Klinikk for seksuell opplysning (KSO). I 2008 ble navnet endret til Sex og samfunn.

Helt siden etableringen i 1971 har begrepet selvbestemt vært en grunnpilar for arbeidet. Sex og samfunn ble etablert for å delta i kampen for selvbestemt abort, og var sentrale i å kjempe fram Lov om selvbestemt abort, vedtatt i 1978. Våre leger og sykepleiere hjalp kvinner til å få utført abort, satte søkelys på urettferdigheten i abortnemndssystemet og deltok aktivt i samfunnsdebatten.

Etter at abortloven trådte i kraft ble den viktigste oppgaven å forebygge uplanlagt graviditet. De ansatte arbeidet for å endre legers praksis ved forskrivning av prevensjon, og mente at kvinnens sosiale tilhørighet, om hun var forlovet, gift eller ugift ikke skulle ha innvirkning på hennes tilgang til prevensjon. Kvinnen skulle selv bestemme, uten spørsmål om årsak til hennes ønske.

Sex og samfunn har alltid vært, og vil alltid være, en spydspiss i arbeidet for bedre seksuell og reproduktiv helse og rettigheter for alle.





Sex og samfunn har en omfattende virksomhet. Vi deler arbeidet vårt inn i tre hovedområder:

KLINISK ARBEID

Vårt kliniske arbeid inkluderer blant annet poliklinikken samt tilbud om sexologisk rådgivning, samtalegrupper for unge transpersoner, helse-tilbud for personer som kjøper sex, oppfølging etter oppstart med PEP, HPV-vaksinering, vår nasjonale chat-tjeneste og vår chatbot.

UNDERVISNING

Vi underviser årlig over 6 000 niendeklasseelever i Oslo skolen, og i tillegg holder vi kurs og opplæring for helsepersonell over hele landet, studenter ved høyskoler og universiteter, for hospitanter, og for personer med minoritetsetnisk bakgrunn.

PÅVIRKNINGSARBEID

Sex og samfunn har hatt en viktig politisk stemme siden etableringen i 1971. Vi bidrar til å sette dagsorden både politisk og i mediene, og påvirkningsarbeidet er en stadig større del av vår virksomhet.

Takk for 2019!

Nok et år er over og det er overveldende å oppsummere hva vi har gjort og hva vi har fått til i 2019! Tusen takk til alle ansatte, samarbeidspartnere og tilskuddsgivere som gjør arbeidet vårt mulig. På alle våre tre hovedområder, klinisk, undervisnings- og påvirkningsarbeid, ser vi et stort behov for tjenestene og kompetansen vår.

Etterspørselen etter kliniske tjenester og undervisning er enorm. Vi hadde i 2019 blant annet 30 000 besøkende ved vår klinikk, vi svarte på 11 000 chat-samtaler, holdt seksualitetsundervisning til alle 9. klasser i Oslo, og vi underviste studenter ved høyskoler og universiteter i hele landet. Pågangen er så stor at vi på klinikken dessverre ikke alltid klarer å hjelpe alle hver kveld, og vi rekker ikke å holde kurs for alle som etterspør vår kompetanse. Men, når vi oppsummerer alt vårt arbeid i denne årsmeldingen ser vi at vi er med på å fremme mangfold, fjerne skam og sette fokus på seksuell og reproduktiv helse og rettigheter i Norge, som også er vårt samfunnsoppdrag.

År for år vokser vårt påvirkningsarbeid. Hvert år har vi tre politiske saker som vi har særlig fokus på, i tillegg til at vi stadig leverer flere uttalelser i saker som er relevante for vårt felt. En av våre politiske saker i 2019 har vært bedre tilgang til prevensjon for unge under 16 år, noe vi har jobbet for i flere år. I 2019 kom endelig et gjennombrudd, da Stortinget vedtok at helsesykepleier og jordmor skal kunne skrive ut prevensjon til unge under 16 år. Nå blir jobben å sørge for at forskriften endres, og samtidig vil vi fortsette å jobbe for at unge under 16 år skal få gratis prevensjon.

2019 var også året da vi fikk den første innstrammingen i abortloven på over 40 år. Debatten om fosterantallsreduksjon endte i Stortinget i juni og det



ble der vedtatt at alle som ønsker fosterantallsreduksjon må møte i nemnd. Sex og samfunn har og vil alltid jobbe for retten til selvbestemt abort, og har valgt ut dette som en av våre tre politiske saker i 2020. Det er klart dokumentert at enkel tilgang til trygge aborter er en av de viktigste helsegodene for kvinner. Vi kan ikke tillate flere innstramminger, vi vil ha økte rettigheter for kvinner, og vi må i tillegg jobbe for å fjerne skam knyttet til abort. Jobben er ennå ikke fullført!

I 2019 har vi også formet organisasjonen vår til å møte fremtiden. Vi har blitt færre ansatte, og de er i større stillinger. Det gjør at vi får økt verdi av hvert årsverk. Vi ser allerede effekten av at vi er en mer sammensveiset gjeng som jobber for høyere kompetanse, større forutsigbarhet og økt kvalitet på våre tjenester. Som et ledd i endringen har vi jobbet med vår organisasjonskultur, og alle ansatte har bidratt til det som nå er Sex og samfunns kulturkoder. Våre kulturkoder (se side 38) beskriver hvordan vi ønsker å ha det sammen på jobb, de skal sikre at vi alle jobber for et felles overordnet mål, og de gir retning til hvordan vi sammen skal nå målet vårt.

Med en sterk og felles kultur leverer vi enda bedre tjenester til våre pasienter og vi oppnår enda mer i våre prosjekter, som betyr at våre tilskuddsgivere får mer igjen. Vi gleder oss til fortsettelsen i 2020!

Maria Røsok
daglig leder

Britt-Ingjerd Nesheim
styreleder

KLINISK ARBEID

Sex og samfunns klinikk på Grünerløkka i Oslo er selve navet i vårt arbeid. Alle våre tjenester er gratis og tilgjengelige for alle opp til 25 år. I underkant av 48 000 henvendelser ble registrert i 2019, fordelt på poliklinikken og vår chat. Klinikken var i 2019 åpen for forhåndsbestilte timer på dagtid alle uke-dager, og for drop-in mandag til torsdag mellom klokken 15.00 og klokken 19.00.

Vår kompetanse og vårt kliniske arbeid utgjør grunnlaget for vårt øvrige arbeid, blant annet utarbeidelse av ressurser som *Metodebok for seksuell helse*, *eMetodebok.no*, *sexogsamfunn.no*,

Prevensjonspermen, kurs og undervisning som vi holder for helsepersonell fra hele landet, samt som grunnlag for vårt påvirkningsarbeid.

KLINIKKEN

Om lag 15 000 personer hadde timekonsultasjon eller kom på drop-in ved klinikken i 2019. I tillegg ble det i 2019 gjennomført hele 14 000 selvtester, og omlag 2 200 doser HPV-vaksiner ble gitt. Vi mottok i overkant av 8 200 henvendelser per telefon, epost og brev, og våre chatverter besvarte i underkant av 11 000 chat-samtaler i 2019. Dette gjør Sex og samfunn til Norges største klinikk for seksuell helse.



18 871

tok klamydiatest ved Sex og samfunn i 2019



2 110

testet positivt for klamydia ved Sex og samfunn i 2019



552

fikk satt inn spiral ved Sex og samfunn i 2019



10 694

kontaktet oss via vår chat i 2019



670

fikk satt inn p-stav ved Sex og samfunn i 2019



2 156

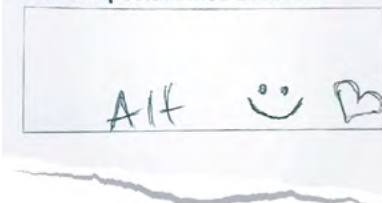
fikk HPV-vaksine ved Sex og samfunn i 2019

profesjonelt trygt
hjelpsomt
morsomt kjempeflink
hyggelig
gratis pålitelig
braskt effektivt
alt enkelt ryddig
informativt
imøtekommande
selvtest komfortabelt

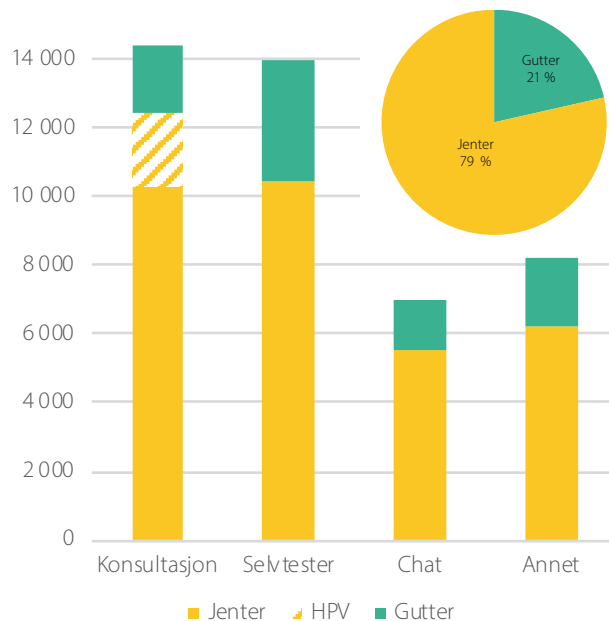
Sex og samfunn er alltid opptatt av å bli bedre, og derfor evaluerer vi alt vi gjør. Gjennom årlige brukerundersøkelser får vi tilbakemeldinger fra pasientene ved kveldsklinikken.

Jevnt over er de fleste svært fornøyde med tilbudet, og de trekker frem mye positivt, som ordskyen over viser. De negative tilbakemeldingene er i hovedsak knyttet til kø og lang ventetid.

Hva var positivt med besøket?



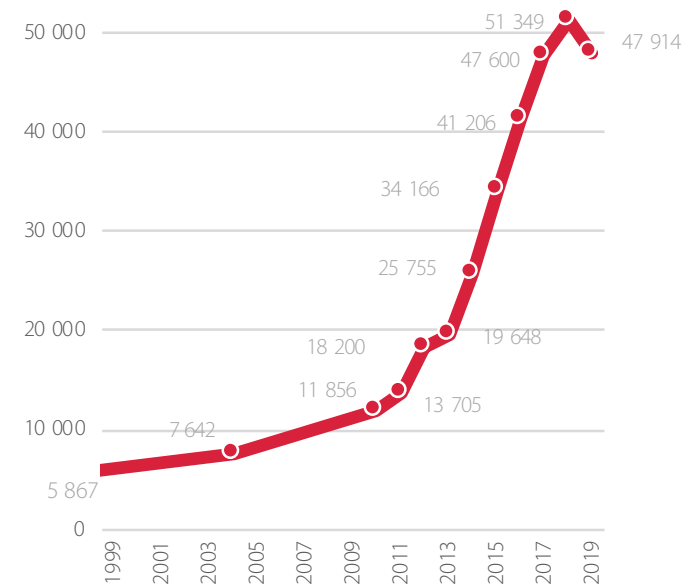
Vi er veldig glade for alle de fine tilbakemeldingene vi får fra besøkende på kveldsklinikken vår!



40 000 FLERE HENVENDELSER PÅ TI ÅR

Sex og samfunn er Norges største senter for seksuell og reproduktiv helse og rettigheter, og i 2019 mottok vi i underkant av 48 000 henvendelser, inkludert over 30 000 besøkende på klinikken. Antall henvendelser har økt med over 40 000 på ti år. Nedgangen fra 2018 til 2019 skyldes i stor grad at HPV-vaksineringen ble avsluttet i juni 2019. I tillegg har vi de siste årene brukt mye ressurser på å dele vår kompetanse, blant annet til helsestasjoner for ungdom i Oslo, og vi tror at vi nå ser effekten av at disse i økende grad tilbyr flere tjenester, blant annet langtidsvirkende prevensjon.

Grafen til venstre viser fordeling av henvendelsene i 2019: 31 % var konsultasjoner hos lege/sykepleier på klinikken, 29 % var selvtester, 22 % chat. Jenteandelen har vært uvanlig høy de siste tre årene, i hovedsak på grunn av HPV-vaksineringsprosjektet, som ble avsluttet i juni 2019.



HVOR KOMMER PASIENTENE FRA?

81 prosent av pasientene som besøkte oss i 2019 bodde i Oslo. Av disse bodde flesteparten i bydelene Grünerløkka, St. Hanshaugen og Frogner. De som brukte Sex og samfunn minst oppga bostedsadresse i bydelene Ullern, Grorud og Stovner.

14 PROSENT AV OSLO-UNGDOM VAR INNOM SEX OG SAMFUNN I 2019

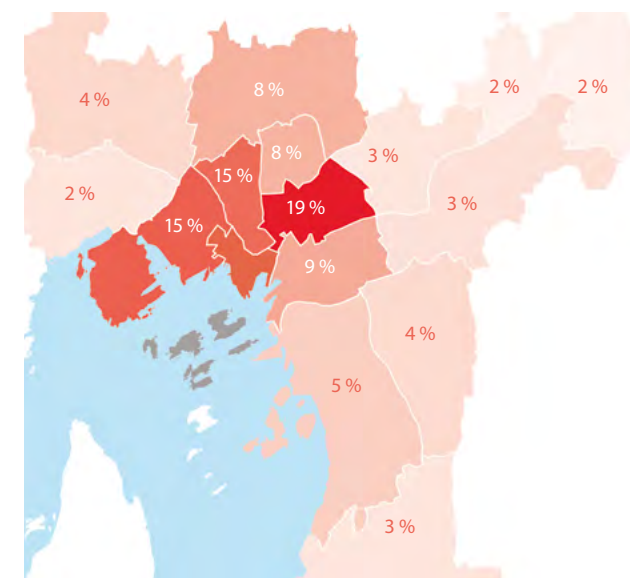
I 2019 var det over 12 600 pasienter med adresse i Oslo innom klinikken. Det er bosatt ca. 89 000 personer mellom 15 og 25 år i Oslo.

* Unge i bydel: Antall folkeregistrerte i bydelen mellom 15 og 25 år per 31. desember 2019. Kilde: Statistisk sentralbyrå.

** Andel er en sammenligning av antall pasienter og folketall. Unge som er folkeregistrert i annen bydel/kommune enn de bor i kan gi skjevhet i statistikken.

	Pasienter	Unge i bydel*	Andel **
Grünerløkka	2 425	8 632	28 %
St. Hanshaugen	1 851	6 256	30 %
Frogner	1 841	8 735	21 %
Gamle Oslo	1 106	6 368	17 %
Sagene	1 016	5 564	18 %
Nordre Aker	957	8 056	12 %
Nordstrand	593	6 176	10 %
Vestre Aker	530	5 810	9 %
Østensjø	444	5 472	8 %
Alna	370	6 227	6 %
Bjerke	367	3 882	9 %
Søndre Nordstrand	320	5 716	6 %
Ullern	291	3 545	8 %
Grorud	270	3 608	7 %
Stovner	224	4 904	5 %
Oslo-pasienter	12 605		

Fordeling av pasienter etter bydel 2019



Tilbud ved klinikken

HPV-VAKSINERING

I perioden 2016-2019 fikk alle kvinner i Norge født i 1991 eller senere tilbud om gratis HPV-vaksinering, og dette tilbudet var også tilgjengelig ved Sex og samfunn. Totalt ble det satt over 13 500 doser med gratis HPV-vaksiner ved klinikken i tidsrommet 1. november 2016 til 29. juni 2019. Til sammen ble det i Oslo satt nesten 71 000 vaksiner. Programmet er nå avsluttet.

HPV (humant papillomavirus) er et virus som kan smitte til hud eller slimhinne. Noen varianter av HPV kan gi vorter i hud, for eksempel kjønnsvorter eller fotvorter. Noen få av virusvariantene som ikke gir vorter kan påvirke kroppens egne hud- eller slimhinne-celler til å utvikle seg til kreft.

Tilbudet om gratis HPV-vaksine til unge kvinner bestod av tre vaksinedoser, og kan forebygge blant annet livmorhalskreft. Vi er veldig glade for at vi fikk lov til å være med på dette viktige forebyggings-arbeidet. Folkehelseinstituttet har rapportert at det totalt ble gitt over 380 000 doser gratis HPV-vaksiner i opphentingsprogrammet.



Gjengen som ga de aller siste HPV-vaksinene lørdag 29. juni 2019. Totalt ga Sex og samfunn over 13 500 vaksinedoser.

PEP

Sex og samfunn tilbyr oppfølging av pasienter på PEP (posteksponeringsprofylaktisk behandling) som henvises fra Oslo legevakt. PEP gis til personer som har vært i en situasjon hvor de kan ha blitt smittet av hiv, og behandlingen kan hindre overføring av viruset. Behandlingen er en kur med antivirustabletter som skal tas i 4 uker. PEP-behandling bør igangsettes så tidlig som mulig, helst innen 4 timer og senest innen 48 timer. Pasienten får med seg de første dosene og en resept for å hente ut resten av medisinen på apotek. Det tas blodprøver etter 2, 4 og 6 uker.

Pasientene velger selv om de ønsker oppfølging av sin fastlege eller av Sex og samfunn, og vi ser at noen velger Sex og samfunn fremfor fastlegen fordi det kan oppleves som mer anonymt å bruke våre tjenester. Noen opplyser at de føler på stigmatisering, og derfor ikke ønsker å snakke med fastlegen om dette. I tillegg sier noen av de vi møter at de har savnet å kunne snakke med helsepersonell om sin seksuelle helse, også utover smitterisiko.

Sex og samfunn startet med tilbud om PEP fordi vi så et oppfølgingsbehov hos pasientene, og vi så at Oslo kommune ikke hadde oversikt over hvorvidt tilbudet i kommunen var godt nok. I 2019 fulgte vi opp 77 pasienter fordelt på 264 konsultasjoner. Over halvparten av pasientene var menn som hadde sex med menn. Tilbudet har ingen aldersgrense, og inkluderer prøvetaking, samtale og rådgivning om seksuell og psykisk helse. Vi henviser også pasienter til deres fastleger og til spesialisthelsetjenesten ved ønske eller behov.

I 2019 fikk én av pasientene påvist gonorré og én fikk påvist mykoplasma. Ingen av pasientene fikk påvist hiv.

SAMTALEGRUPPE FOR UNGE MED UTFORDRINGER KNYTTET TIL KJØNNSENTITET

Årlig holder vi samtalegrupper for unge med utfordringer knyttet til kjønnsidentitet. I 2019 arrangerte vi en samtalegruppe. Gruppen hadde syv deltakere i alderen 19-25 år, med ulike kjønnsidentiteter. Deltakerne var bosatt i Oslo og omkringliggende fylker på Østlandet.

Fokus og hovedmålsetting for gruppen er å dele erfaringer og kunnskap om behandling og rettigheter, og deltakerne reflekterer fritt rundt tema og høster erfaringer av hverandre. Gruppen har blant annet diskutert tema innen kjønn, behandling, helse, dysfori, seksualitet og trivsel, passering, diskriminering, fordeler og vanskeligheter ved å være trans. Siste gruppekveld ble avsluttet med et besøk på Pride Park under Oslo Pride.

Felles for de fleste deltakerne i gruppene vi har holdt er at de ønsker seg mer undervisning om kjønnsidentitet på skolen, flere lavterskel samtale- og gruppetilbud, en nettressurs med god informasjon om kjønnsidentitet, og at flere psykologer, helsesykepleiere, leger og lærere får bedre kunnskap om kjønnsidentitet.



Noen av gruppedeltakerne ble med på besøk på Sex og samfunns stand ved Pride Park 2019.

SEXOLOGISK RÅDGIVNING

I sexologisk rådgivning får pasienten hjelp til å bedre forholdet til egen seksualitet og eventuelt sin seksuelle relasjon med andre.

Sex og samfunn har i flere år hatt tilbud om gratis sexologisk rådgivning. Tilbudet er unikt i landet, og det er stor etterspørsel etter vår kompetanse, både blant pasienter og helsearbeidere, samarbeidspartnere og utdanningsinstitusjoner. Til sammen har våre to sexologiske rådgivere 18 års erfaring og bred kompetanse innen sexologi. Hovedmålsetting for tilbudet er å fremme og styrke seksuell helse blant Sex og samfunns brukere, ved å gi enkeltpersoner og par sexologisk rådgivning.

Flere av pasientene våre har blitt henvist av annet helsepersonell (psykologer, leger, helsesykepleiere), da

disse opplever at de mangler kompetanse på feltet. Vi ser at mange pasienter ikke ønsker å ta opp seksuelle problemstillinger med behandlere, at de får lite respons dersom de gjør det, og vi erfarer også at få behandlere tar initiativ til å snakke om seksualitet i konsultasjoner.

I løpet av 2019 hadde vi kontakt med nærmere 100 pasienter, og gjennomførte totalt 154 konsultasjoner. De fleste pasientene opplevde ereksjonssvikt, smerter under og etter samleie, eller de hadde nedsatt sexlyst. I tillegg ble vi kontaktet av flere som hadde vært utsatt for ulike typer krenkelser, og som blant annet hadde utfordringer med å ta hensyn til egne behov og grenser.

I 2019 reiste vi også ut og holdt totalt 40 forelesninger og fagdager i sexologi for studenter innen helsefagutdanning og for ansatte i kommunehelsetjenestene.



PERSONER SOM KJØPER SEX

Sex og samfunn har et helsetilbud til personer som kjøper sex og til partnere til personer som kjøper sex. Vi tilbyr smittesjekk, samtaletilbud om seksuell og psykisk helse samt tilbud om chat via våre hjemmesider.

Tilbudet har ingen aldersgrense og er åpent for alle kjønn. Vi har taushetsplikt og brukerne kan være helt anonyme. Tilbudet har vært tilgjengelig siden 2014.

I 2019 hadde vi totalt 388 konsultasjoner. Fire av pasientene testet positivt for gonoré og 18 pasienter testet positivt for klamydia. Siden oppstart er det registrert 2 710 konsultasjoner. Prosjektet når ulike kjønn og personer i ulike aldre. I 2019 hadde vi flere pasienter som besøkte oss flere ganger, for å få samtale, rådgivning og veiledning.

I 2019 fulgte vi i tillegg opp 10 personer som oppga at de solgte sex. Vi får også henvendelser fra personer som er partner til noen som har kjøpt sex.

Prosjektets nettside, www.smittesjekk.no, hadde i 2019 over 19 500 sidevisninger. Stadig flere brukere får informasjon om helsetilbudet gjennom denne nettsiden. Vi ser også at flere personer som har kjøpt eller kjøper sex kontakter oss via vår chat og dermed får informasjon om helsetilbudet vårt via denne tjenesten. I tillegg kartlegger vi personer som kjøper sex via besøkende ved vår kveldsklinikk, og de får videre informasjon om helsetilbudet på denne måten.

Vi deler av vår kunnskap og erfaring fra prosjektet gjennom kurs for helsepersonell og andre, og vi har etablert et godt samarbeid med andre relevante aktører. Prosjektleder holdt i 2019 innlegg på blant annet HFU-skolen, Nytfestivalen og markeringen av Mannsdagen (se side 28), og holdt Onsdagskurs ved Sex og samfunn. Vi deler også av vår kunnskap til den generelle befolkningen, blant annet gjennom uttalelser til ulike medier.

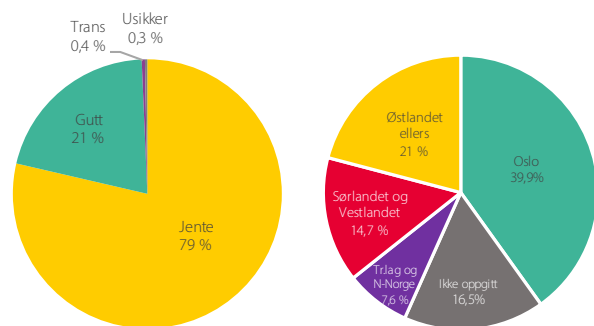


Chat

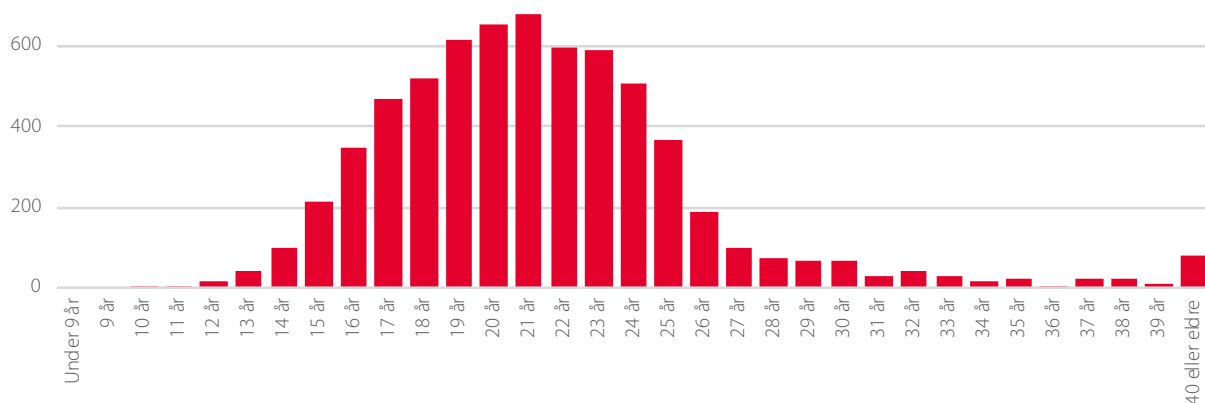
Sex og samfunns chat ble lansert høsten 2015, og målet var å nå ut til alle unge som har spørsmål om kropp og seksualitet, uavhengig av bosted.

Sex og samfunns chat-tjeneste betjente i 2019 totalt 10 694 samtaler, i snitt over 60 samtaler per dag. Gjennomsnittlig samtaletid var 10 minutter. Tjenesten besvares av kvalifisert helsepersonell, henholdsvis sykepleiere, helsesykepleier, psykologer og legestudenter.

Kildene som benyttes i samtalerne er Sex og



Det er flest unge som bruker tjenesten: Aldersgruppen 15-25 år utgjør totalt 73 % av de som bruker Sex og samfunns chat. Det er flest jenter (79 %) som tar kontakt, og vi mottar flest henvendelser fra Østlandet (61 %).



samfunns egen *Metodebok for seksuell helse*, *eMetodebok.no*, *Prevensjonsguiden* og våre nettsider www.sexogsamfunn.no.

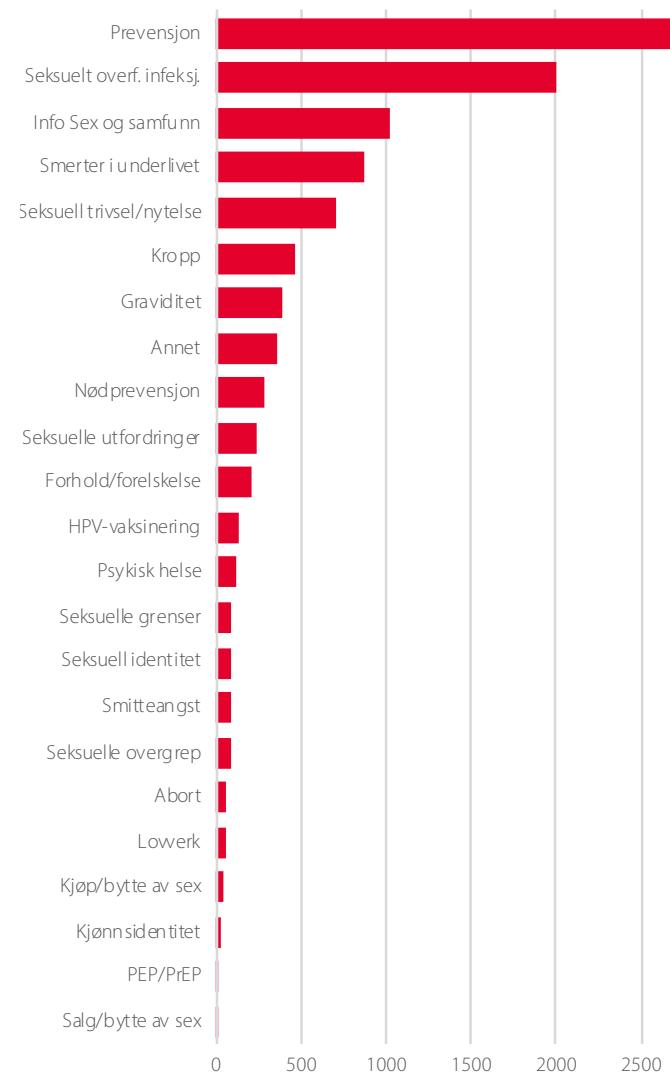
Alle som kontakter vår chat er anonyme. De hyppigste samtaleemnene var prevensjon (39 %) og seksuelt overførbare infeksjoner (26 %), samt spørsmål om smerter, og spørsmål om ulike tema relatert til seksuell trivsel og nytelse.

Også fagpersoner tar kontakt med oss via vår chat, primært helsesykepleiere, jordmødre og leger.

Hadde det ikke vært for chatten så hadde jeg nok hatt panikk en god stund, så tusen takk!

Tilbakemelding fra chat-bruker

HVA SPØR CHAT-BRUKERNE OM?



Chatbot

Om lag 40 % av alle spørsmål stilt via vår chat er relatert til prevensjon og nødprevensjon. På bakgrunn av dette utarbeidet vi i 2018 en chatbot som skal svare på spørsmål om prevensjon. Totalt antall samtaler i 2019 var 17 500, et snitt på om lag 1 500 samtaler per måned.

Chatboten ble lansert i desember 2018, og siden lanseringen og frem til og med februar 2020 hadde chatboten mottatt nesten 25 500 henvendelser. De mest vanlige henvendelsene var «Glemt prevensjon» og «Informasjon og valg av prevensjon».

Vi ser at ferdigdefinerte knapper blir mye brukt, og dette fungerer svært godt. Brukerne kommer på denne måten frem til riktig informasjon på en raskere måte enn om de formulerer spørsmålet selv, og chatboten er mer presis fordi den slipper å analysere fritekst. Ved å ta utgangspunkt i spørsmål angående prevensjon hentet fra vår chat-tjeneste, har vi lyktes godt i å forhåndsdefinere spørsmål fra målgruppen.

Målet vårt er at de som benytter vår chatbot alltid skal få svar på det de lurer på når det gjelder prevensjon, og chatboten skal til enhver tid gi faglig riktig og presist innhold. Dette krever at vi kontinuerlig kvalitetssikrer innholdet, og samtidig er videreutvikling og testing essensielt for at tjenesten skal holde det høye nivået vi ønsker.

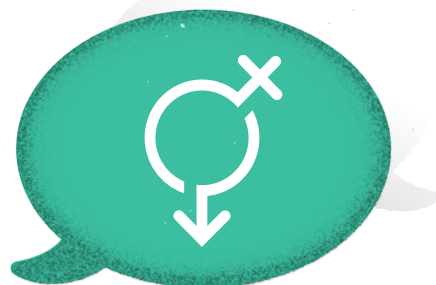
Ansatte ved Sex og samfunn har bygget chatboten på plattformen Kindly. Kunnskapsgrunnlaget er nettsidene sexogsamfunn.no og eMetodebok.no. Grunnlaget er brukt til utforming av chatbotens svar, strukturen til chatboten og kvalitetssikring av innholdet.

Nåværende versjon av chatboten ble lansert i november 2019.



Unike brukere av Sex og samfunns chatbot per måned fra lanseringen i desember 2018 og til og med februar 2020.

Nåværende versjon ble lansert i november 2019, og vi så samtidig en kraftig økning i bruken av chatboten.



KROPP OG SEX

Med midler fra Helsedirektoratet oppdaterte Sex og samfunn i 2019 brosjyren Kropp og sex. Kropp og sex er en nyrevidering av de to brosjyrene som tidligere het *Feminina – om jenter for jenter* og *Maskulinus – om gutter for gutter*.

Helsedirektoratet oppgir at de får relativt mange henvendelser om brosjyrene Feminina og Maskulinus, som frem til 2019 ble distribuert i papirformat til helsestasjoner som etterspurte brosjyrene. Den reviderte versjonen, Kropp og sex, blir kun tilgjengelig digitalt via lenken www.kroppogsex.no.

Tematikken som blir omtalt er:

- Seksuelt overførbare infeksjoner
- Prevensjon
- Kropp
- Seksuelle utfordringer
- Mensen og graviditet
- Seksualitet

Til slutt finnes en oversikt over landsdekkende hjelpetilbud. Målgruppen for nettressursen er elever ved ungdomsskolen, samt undervisere eller helsepersonell som møter disse elevene.

kropp og sex

PREVENSJONSGUIDEN

Sex og samfunns Prevensjonsguide er en brosjyre for pasienter som ønsker mer informasjon om prevensjon.

Det finnes mange ulike prevensjonsmidler og vi har laget Prevensjonsguiden for å gi pasienten en oversikt over de ulike typene. Slik kan pasienten lettere ta et selvbestemt og informert valg om hvilken prevensjon som passer best, basert på blant annet prevensjonens innhold, sikkerhet, pris og varighet.

Brosjyren omtaler alle prevensjonsmetoder, og inneholder informasjon om oppstart og bruk av prevensjonsmetodene samt nyttige tips.

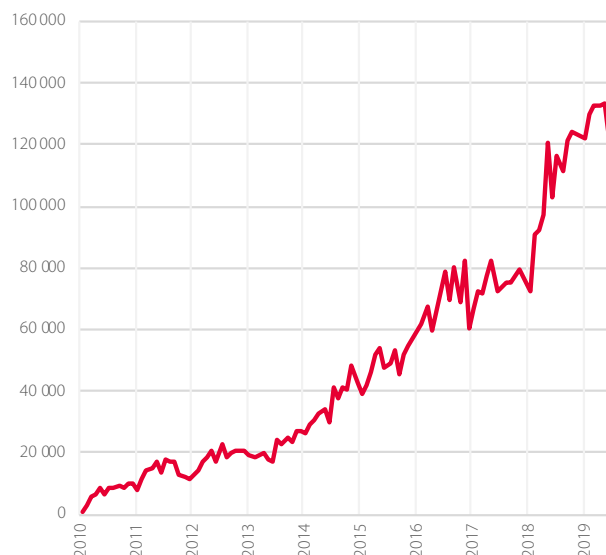
Prevensjonsguiden finnes på følgende språk: norsk, engelsk, urdu, polsk, somali, arabisk og tigrinja. Alle versjonene er tilgjengelig digitalt, og kan i tillegg kjøpes i papirformat.



SEXOGSAMFUNN.NO

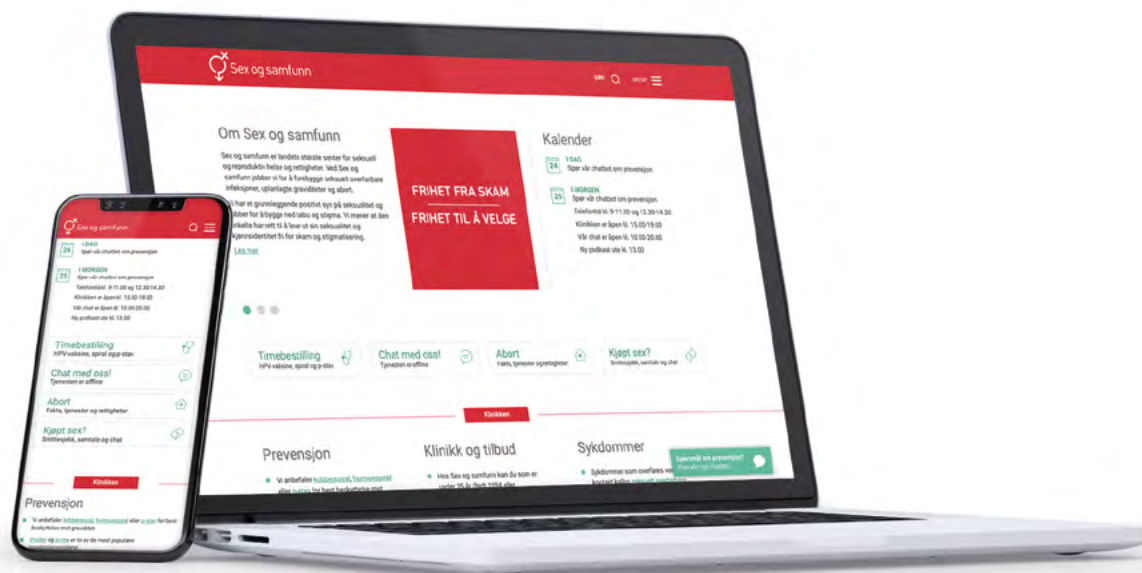
Sex og samfunns nettsider inneholder blant annet informasjon om de ulike tilbudene ved klinikken, chat og chatbot samt informasjon om åpningstider og timebestilling. På sidene finnes også oppdatert informasjon om kropp, seksualitet, prevensjon, infeksjoner og abort. I tillegg til hoveddelen, som er rettet mot pasienter, er det en egen del med ressurser og tilbud rettet mot helsepersonell og andre fagpersoner. Her finnes blant annet tilbud om kurs og hospitering for helsepersonell.

Nettsidene er svært hyppig brukt og i 2019 gikk antall sidevisninger for første gang over 3 millioner, som er en økning på hele 45 % fra 2018. Totalt besøkte i underkant av 1,3 millioner unike brukere siden www.sexogsamfunn.no i 2019, en økning på 37 % fra 2018.



Unike brukere av sexogsamfunn.no per måned fra 2010 og til og med januar 2020. Nettsidene er en svært viktig informasjonskanal og er godt brukt.

I underkant av 1,3 millioner unike brukere besøkte nettsiden i 2019, en økning på 37 % fra 2018.



Mest lest på sexogsamfunn.no i 2019:

1.	hormonspiral	183 200
2.	klamydia	169 077
3.	p-stav	160 816
4.	p-piller	136 308
5.	herpes	135 627
6.	mykoplasma	76 549
7.	sopp	69 629
8.	bakteriell vaginose	68 969
9.	kjønnsvorter	67 277
10.	gestagenpille	60 377

Seksuelt overførbare infeksjoner ved Sex og samfunn i 2019

I 2019 ble det satt mange rekorder ved Sex og samfunn. Vi fant flere tilfeller av klamydia og gonoré enn noen gang før. Samtidig var det også flere som testet seg. Et lyspunkt er at økningen av gonorétilfeller ser ut til å bremse opp.

TESTE-TOPP VED STUDIESTART

Det kom over 19 500 personer til Sex og samfunn for å teste seg for én eller flere seksuelt overførbare infeksjoner i 2019. Dette var en økning på over 8 % sammenlignet med året før. Det vil si at det i gjennomsnitt var mer enn 100 pasienter som testet seg på hver av de nesten 190 åpningsdagene i 2019. Utenom dette kom det selvfølgelig også pasienter som hadde andre

problemstillinger. Travle dager ved Sex og samfunns poliklinikk er først og fremst gledelig, for det viser at unge i Oslo i økende grad tar ansvar for seg selv og sine partnere.

De aller fleste som blir testet ved Sex og samfunn er under 25 år. I tillegg har vi testet enkelte partnere som er eldre enn dette, men bare en håndfull av de positive testene ble påvist hos personer over 25 år.

Antallet klamydiatester varierer ganske mye gjennom året, med flest prøver i januar og august. Tradisjonelt har det vært flest som har testet seg etter ferie og i forbindelse med studiestart, og denne trenden så vi også i 2019. Toppen kom i august med hele 2 252 klamydiatester, som er ny rekord for én enkelt måned.

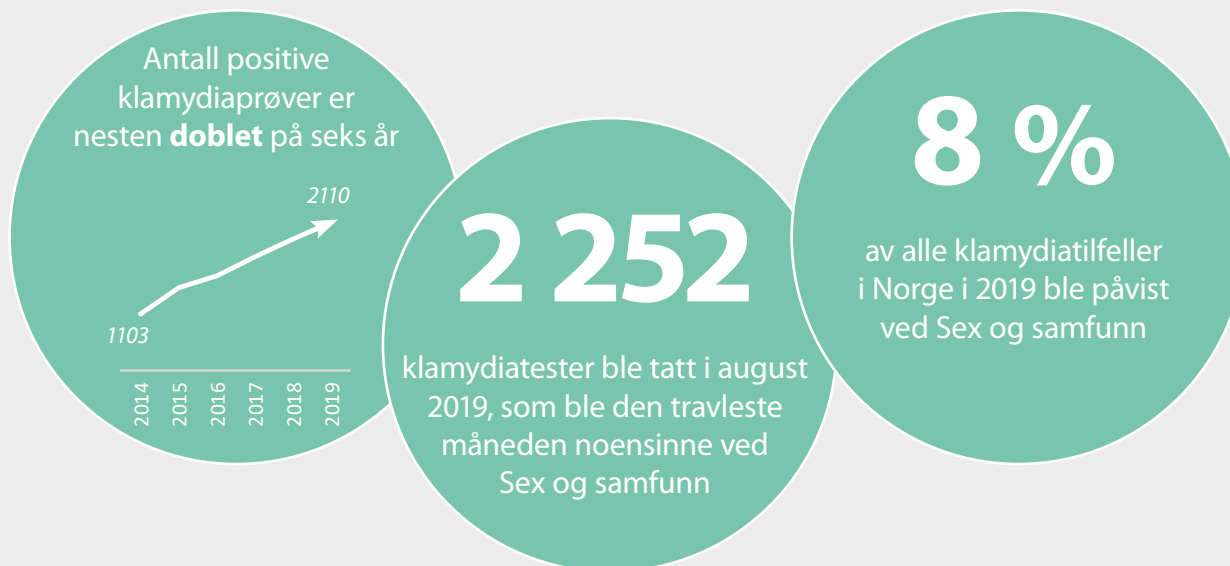
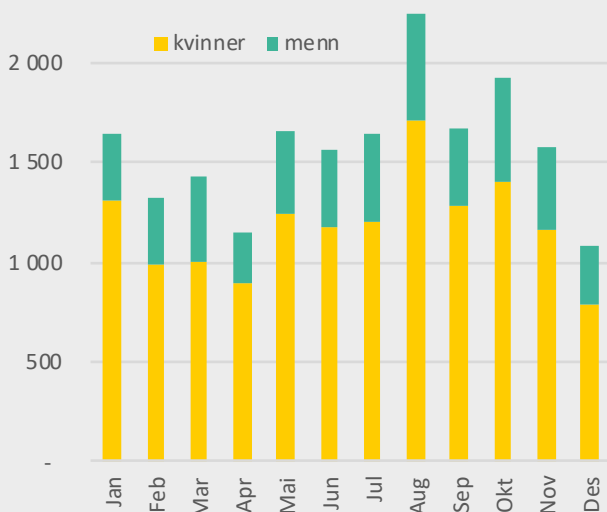
TAR KLAMYDIA ALDRI SLUTT?

Klamydia er den vanligste seksuelt overførbare infeksjonen i Norge, og er vanligst blant unge under 25 år. Til en hver tid har rundt 5 % av seksuelt aktive unge i Norge klamydia. Dette gjenspeiler seg i klamydiatallene ved Sex og samfunn, som er høye og som har økt hvert eneste år, så lenge vi har ført statistikk.

I 2019 var det 2 110 positive klamydiaprøver. Dette var en økning på 10 % fra 2018. Antall pasienter med klamydia har steget hvert eneste år de siste årene, og antall positive prøver er nær doblet på seks år.

Samtidig var det i 2019 også langt flere som testet seg. Forekomsten av klamydia endret seg dermed lite fra de foregående årene, og andelen positive prøver i 2019 var

Klamydiaprøver per kjønn per måned



på 11,2 %. Hvis vi sammenligner med resten av landet, så tilsvarer de 2 110 positive prøvene over 8 % av samtlige positive klamydiaprøver i hele Norge.

Det var flest kvinner som testet positivt på klamydia; 1 499 kvinner mot 612 menn. Dette skyldes at det var flere kvinner enn menn som testet seg. Forekomsten av klamydia var noe høyere hos menn (12,9 %) enn hos kvinner (10,6 %), og dette er uendret fra de siste årene.

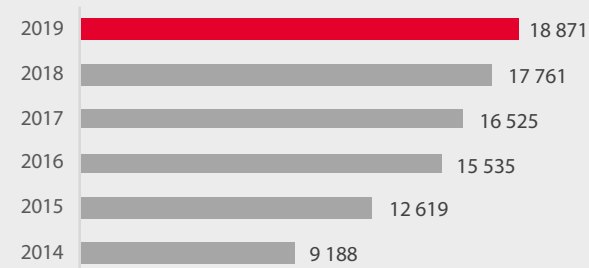
De fleste kvinnene som testet positivt fikk påvist klamydia vaginalt. Antall positive prøver fra vagina var 1 384 av 1 499, eller 92 %. Det var 113 positive prøver fra anus, noe som utgjorde 8 %. To av de positive prøvene var urinprøver.

De fleste mennene som testet positivt fikk påvist klamydia i urinprøve. Antall positive urinprøver var 577 av 612, eller 94 %. Det var 31 positive prøver fra anus, noe som utgjorde 5 %. Fire av de positive prøvene hos menn var vaginale prøver, påvist hos menn med vagina.

SPØR OM ANALSEX!

Det viktigste vi kan trekke ut av klamydiatallene er at vi må fortsette å teste bredt. Det påvises enormt mye klamydia blant unge. Om vi ikke hadde fortsatt å screene den unge populasjonen, ville vi trolig hatt en eksplosjonsartet utvikling av nye klamydiatilfeller. 2019-tallene viser også at at vi ikke skal glemme å spørre pasientene om de har hatt ubeskyttet analsex.

Antall klamydiaprøver



Hvis vi ikke spør om dette, vil det sjelden tas analprøver. De positive analprøvene utgjorde 7 % av alle de positive klamydiaprøvene i 2019, og forekomsten var høyere hos kvinner enn hos menn. Til sist må vi huske at alle kjønn er utsatt for smitte, og en god og inkluderende seksual-anamnese er viktig for å avdekke pasientens behov.

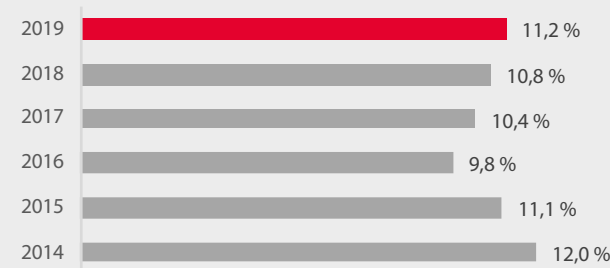
MYKOPLASMA-TALLENE SYNKER

Mycoplasma genitalium kan i likhet med klamydia gi betennelse i urinrør, skjede og anus. En symptom-givende infeksjon kan også gi komplikasjoner i form av bekkeninfeksjon og infertilitet. Samtidig er det ikke holdepunkter for at en asymptomatisk infeksjon gir komplikasjoner.

Etter at vi i 2016 gikk over fra å screene for mykoplasma til målrettet testing av dem med symptomer har tallene holdt seg stabile. I 2019 ble det påvist 205 tilfeller av mykoplasma i underliv og i anus. Dette var en liten nedgang fra de 225 tilfellene i 2018 og 217 tilfellene i 2017. Det var flest kvinner som testet positivt på mykoplasma; 165 kvinner og 40 menn. Dette skyldes at det var flere kvinner enn menn som ble testet. Forekomsten var på 10 % av de totalt 2 075 mykoplasmaprøvene som ble tatt.

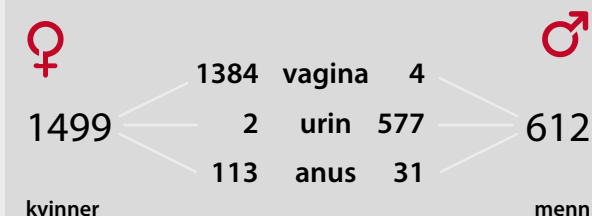
De fleste kvinnene som testet positivt fikk påvist mykoplasma vaginalt. Antall positive prøver fra vagina var 158 av 165, eller 96 %. Det var 6 positive prøver fra anus, noe som utgjorde 4 %. Én av de positive prøvene

Forekomst av klamydia (prevalens)



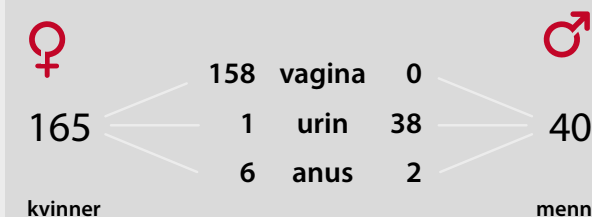
Klamydia

2110 positive prøver



Mykoplasma

205 positive prøver



Gonoré

105 positive prøver



var urinprøve. De fleste mennene som testet positivt fikk påvist mykoplasma i urinprøve. Antall positive urinprøver var 38 av 40, eller 95 %. Det var to positive prøver fra anus, noe som utgjorde 5 %.

GONORÉ ØKER FORTSATT

Det ble påvist tilsammen 105 tilfeller av gonoré i 2019, det høyeste tallet på over 30 år. Heldigvis var dette kun en liten økning (8 %) fra de 97 tilfellene året før. Dermed ser vi den samme tendensen ved Sex og samfunn som i landet forøvrig: etter flere år med kraftig økning av gonoré flater nå tallene ut. Gonorétilfellene fordelte seg likt mellom kjønnene; 53 kvinner og 52 menn.

De fleste kvinnene som testet positivt fikk påvist gonoré vaginalt. Antall positive prøver fra vagina var 47 av 53, eller 89 %. Det var fem positive prøver fra anus, noe som utgjorde 9 %. Én av de positive prøvene var fra hals.

De fleste mennene som testet positivt fikk påvist gonoré i urinprøve. Antall positive urinprøver var 22 av 52, eller 42 %. 16 av de positive prøvene var halsprøver (31 %), mens det var 13 positive prøver fra anus, noe som utgjorde 25 %. 1 av de positive prøvene hos menn var prøve fra vagina.

Gonorétallene ligger foreløpig langt under klamydiatallene. Det at sykdommen øker er likevel bekymringsverdig fordi gonoré er mer smittsomt og kan gi mer alvorlige komplikasjoner og følgetilstander enn klamydia. Gonoré har tradisjonelt vært vanligst hos menn som har sex med menn, men trenden hos de yngste viser nå en knapp overvekt av smitte hos kvinner.

FOR FÅ MED HERPES OG KJØNN SVORTER

Herpes er en infeksjon som hovedsakelig diagnostiseres ved kliniske funn av typiske herpesblærer og -sår. Likevel har det blitt vanligere å ta herpestester. Grunnen til dette er at noen pasienter vil få tilbakefall og gjenoppblussing av sår og blærer. Disse pasientene kan få dekket langvarig behandling av det offentlige, men det er da et krav om at det legges ved et positivt prøvesvar til søknaden.

I 2019 ble det påvist til sammen 69 tilfeller av herpes, som fordelte seg på 58 kvinner og 11 menn. Herpesprøvetas med en pinne fra herpessuspekete sår. Hvis en ikke får med seg virus i prøven, vil den bli falsk negativ, dvs. negativ prøve selv om pasienten faktisk har sykdommen. Dessuten testes ikke alle, og det reelle herpestallet

er derfor mye større.

En annen sykdom som er vanlig, men som ikke dukker opp i statistikken, er kjønnsvorter. Kjønnsvorter, eller kondylomer, er betegnelsen på alle vorter som påvises i hud og slimhud på og rundt kjønnsorganer og anus.

FÅ MED HIV OG SYFILIS

Hiv og syfilis er infeksjoner som sjelden påvises hos unge. I 2019 var det to personer som testet positivt på hiv. Hos den ene av disse var det en falsk positiv reaksjon, som betyr utslag på test, men ingen hivsmitte. Den andre testen var et reelt nytt tilfelle av hiv. Dette var en mann som ble heteroseksuelt smittet i utlandet. Seks personer testet positivt på syfilis, men bare to av disse hadde nyoppdaget syfilis. De to nye tilfellene fordelte seg på én kvinne og én mann. Hepatitt B og C er også sjelden i vår pasientpopulasjon, og i 2019 var det kun ett nytt tilfelle av hepatitt B, og ingen positive hepatitt C-prøver.

TRICHOMONAS OG UREAPLASMA

Trichomonas er en parasitt som kan gi økt mengde illeluktende utflod hos kvinner, ikke ulikt bakteriell vaginose. Infeksjonen er uvanlig i Norge, men vanlig i mange andre land, som i USA. Prøvetakning for trichomonas gjøres svært sjelden, men er aktuelt hos kvinner med stadige tilbakefall etter behandling av bakteriell vaginose. I 2019 ble det påvist ett tilfelle i de 12 prøvene vi sendte til laboratoriet. I tillegg diagnostiserte vi en håndfull kvinner med trichomonas på bakgrunn av funn ved mikroskopering.

Ureaplasma er en annen prøve som tas sjelden. Ureaplasma urealyticum er en bakterie som kan gi svie ved vannlatning og utflod hos menn. Det testes bare for ureaplasma i de tilfellene der antibiotika ikke har hatt effekt, og alle andre prøver er negative. I 2019 ble det tatt fire prøver for ureaplasma hos menn, hvorav én prøve var positiv.

Positive prøver



2 495

positive prøver
ved Sex og samfunn
i 2019

Prevensjon ved Sex og samfunn i 2019

Det er stadig flere unge kvinner som bruker de såkalte LARC-metodene som prevensjon, som er spiral eller p-stav. LARC er en forkortelse for *Long Acting Reversible Contraception*, eller *langtidsvirkende prevensjon* på norsk. Dette er en positiv trend fordi LARC-metodene er de beste, og Sex og samfunn har i flere år samarbeidet med Helsedirektoratet for å øke bruken i Norge.

HVORFOR ER LARC BEST?

Først og fremst mener Sex og samfunn at valg av prevensjon skal være selvbestemt. Pasienten bør få grundig informasjon om alle tilgjengelige prevensjonsmetoder, for deretter å kunne ta et informert valg.

De siste årene har antall aborter hos personer under 25 år gått kraftig ned. Samtidig har det vært en eksplosiv økning i bruken av LARC hos denne aldersgruppen. P-stav og spiral virker mye bedre enn andre prevensjonsmidler, rett og slett fordi det ikke er mulig å gjøre feil, som for eksempel å glemme en pille. Flere studier viser også at LARC-brukerne er mer fornøyde enn brukere av korttidsvirkende metoder.

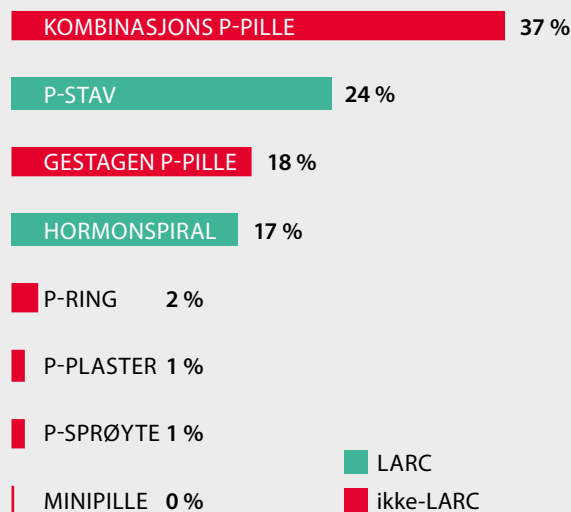
Dessuten inneholder ikke spiral og p-stav hormonet østrogen. Dermed unngår LARC-brukerne de potensielt farlige østrogenbivirkningene som kombinasjons p-pillene har, med økt risiko blodpropp, hjerneslag eller hjerteinfarkt.

MER LARC ENN ELLERS I LANDET

Det ble skrevet ut 2 446 resepter på hormonell prevensjon ved Sex og samfunns poliklinikk i 2019. Av disse var det 989 som fikk skrevet ut en av LARC-metodene, noe som utgjorde 40 % av reseptene. Tilsvarende var det 1 457, eller 60 %, som fikk skrevet ut resept på korttidsvirkende hormonell prevensjon.

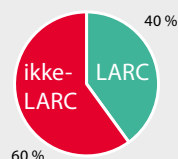
Hvis vi skal sammenligne dette med resten av Norge, kan vi se på tall fra Reseptregisteret. De siste tilgjengelige tallene er fra 2018. Disse viser at blant alle pasienter i alle aldre, så var det 15 % som valgte en av LARC-metodene. Hele 85 % fikk skrevet ut resept på korttidsvirkende hormonell prevensjon.

Resepter på hormonell prevensjon

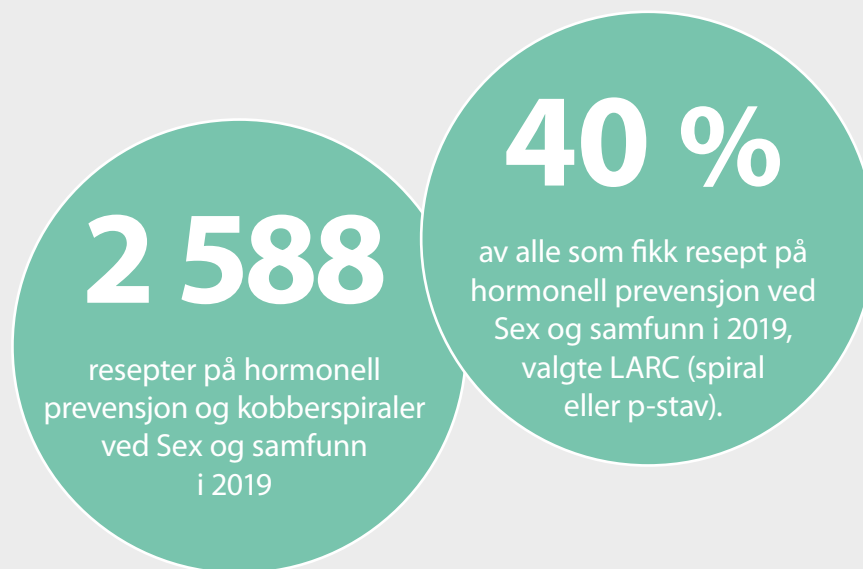
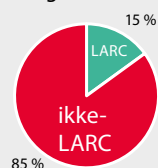


Andel langtidsvirkende prevensjon (LARC)

Sex og samfunn



Norge



Ulike studier peker på at mange pasienter ikke velger LARC fordi de ikke får god nok informasjon om disse metodene. Helsepersonell unnlater på sin side å snakke om p-stav og spiral, enten fordi de ikke har kjennskap til prosedyrene for innsetting og uttak, eller fordi de tror på myten om at personer som ikke har født, heller ikke bør bruke spiral.

MICROGYNON VANLIGSTE P-PILLE

Det vanligste prevensjonsmiddelet har tradisjonelt vært kombinasjons p-piller. Selv om andelen pasienter som velger disse er synkende, var kombinasjons p-piller fortsatt det vanligste prevensjonsmiddelet i 2019 med totalt 917 resepter.

Blant kombinasjons p-pillene er det mange merker å velge mellom, og disse inneholder litt ulike varianter av hormonet gestagen. Førstevalget er p-pillene som inneholder hormonet levonorgestrel (en variant av

gestagen), fordi disse pillene gir den laveste risikoen for å få blodpropp som bivirkning. Disse merkene er Microgynon og synonympreparatet Oralcon, samt lavdoserte Loette og synonympreparatet Almina.

Dette gjenspeiler seg i statistikken ved Sex og samfunn, og reseptene på kombinasjons p-piller fordelte seg slik: 591 valgte Microgynon/Oralcon (64 %), 183 valgte Loette/Almina (20 %), 57 valgte Yasmin (6 %), 39 valgte Mercilon (4 %), 30 valgte Yasminelle (3 %), 10 valgte Marvelon (1 %) og 9 valgte andre merker (1 %).

MIRENA VANLIGSTE SPIRAL

Kobberspiral regnes i Norge ikke som et medikament, men som medisinsk forbruksmateriell, og kan kjøpes på apoteket uten resept, og koster ca. 800 kroner. Unntaket er unge personer som kan få dekket kobberspiral gjennom statens bidragsordning. Disse trenger en resept for å kobberspiralen gratis.

Vi får ikke ut tallene for kobberspiraler sammen med reseptstatistikken for hormonell prevensjon, men må telle dette på annen måte. Ved Sex og samfunn kjøpes det inn kobberspiraler i store kvanta. Dermed kan pasientene få kjøpt kobberspiral rimelig, for 350 kroner. I 2019 ble det solgt 105 kobberspiraler ved Sex og samfunn, og i tillegg var det 37 som hentet ut kobberspiral på apoteket. Totalt antall kobberspiraler var 142.

Om vi legger dette tallet sammen med antall resepter på hormonspiral, blir summen 547 spiraler. Blant pasientene som fikk resept på hormonspiral var fordelingen på de ulike merkene slik: 341 valgte Mirena (84 %), 59 valgte Kyleena (15 %) og 5 valgte Jaydess (1 %).

En del av dem som fikk resept på spiral og p-stav på Sex og samfunn syntes at ventetiden for innsetting ble for lang, og fikk satt inn prevensjonen andre steder. Motsatt var det også flere som hadde fått resept andre steder, men som kom til Sex og samfunn for innsetting.



P-STAV INN OG UT

I 2019 ble det satt inn 670 p-staver ved Sex og samfunn, en nedgang fra 730 i 2018. 274 av disse, eller drøyt 40 %, kom for å bytte p-staven etter minst tre års bruk. 181 av pasientene var henvist fra andre deler av helsevesenet; de fleste fra fastlege eller helsestasjon for ungdom (HFU), og noen få fra gynekolog på sykehus eller i privat praksis.

Det ble fjernet 615 p-staver i 2019, en økning fra 535 året før. 380 hadde hatt p-staven inne i tre år, som er maksimal brukslengde. Av disse fikk 274 samtidig satt inn en ny p-stav. 361 av pasientene var henvist; de fleste fra HFU og mange fra fastlege.

I 235 tilfeller, eller 38 %, ble p-staven fjernet før tiden. Dette var stort sett på grunn av uholdbare bivirkninger. Hos disse fikk 84 % store eller uregelmessige blødninger, 12 % opplevde nedstemthet eller humørsvingninger og 9 % fikk hudproblemer med akne/kviser. Noen rapporterte også om smerter ved menstruasjon, hodepine og nedsatt sexlyst.

SPIRAL INN OG UT

I 2019 ble det satt inn 552 spiraler ved Sex og samfunn, en nedgang fra 712 i 2018. 141 av pasientene var henvist fra andre deler av helsevesenet; de fleste fra fastlege eller HFU, noen få fra sykehus eller privat gynekolog.

Det ble fjernet 159 spiraler i 2019, en liten økning fra 142 året før. 42 hadde hatt spiralen inne i maksimal brukslengde (tre eller fem år). Av disse var det 18 som ønsket å fortsette med samme spiral, og 18 som ønsket å fortsette, men med en annen type eller annet merke.

I 99 tilfeller ble spiralen fjernet før tiden. Dette var stort sett på grunn av uholdbare bivirkninger. 62 av fjerningene var hormonspiraler. Hos disse rapporterte 43 % om store eller uregelmessige blødninger, 43 % om smerter ved menstruasjon, 12 % opplevde nedstemthet eller humørsvingninger og 6 % fikk hudproblemer med akne/kviser. 37 av fjerningene var kobberspiraler. Hos disse rapporterte 81 % om smerter ved menstruasjon og 62 % om store eller uregelmessige blødninger.

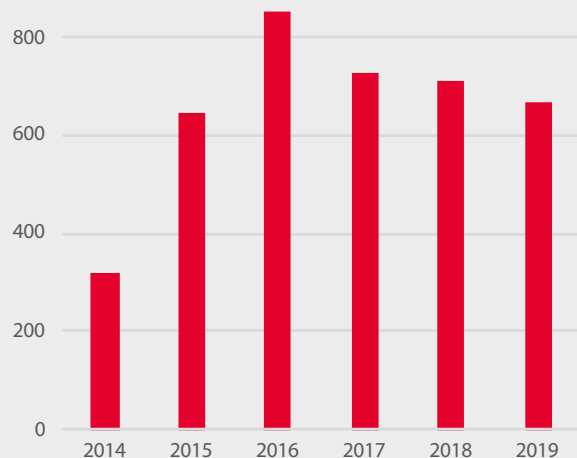
VIKTIG MED OPPLÆRING AV HELSEPERSONELL

Tallene for innsetting av spiral og p-stav ved Sex og samfunn gikk ned i 2019. Noe av forklaringen er at det var noe færre tilgjengelige timer på poliklinikken, blant annet på grunn av mangel på helsepersonell i perioder. En annen årsak er at flere av timene enn før gikk med til bytte eller uttak av p-stav og spiral.

Etterspørselen etter timer til innsetting og uttak av spiral og p-stav gikk derimot ikke ned. Ventetiden for å få time til innsetting eller uttak var også lang, i perioder opp til én måned. Noe av årsaken til dette er at mange av pasientene ble henvist fra annet helsepersonell som ikke behersker innsettingsprosedyrene.

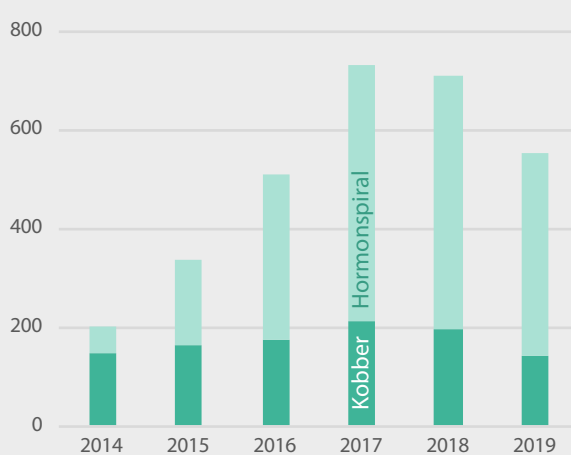
Det at etterspørselen av LARC-metodene øker er bra, men det betyr også at vi trenger flere helsepersonell som behersker prosedyrene for innsetting og uttak av spiral og p-stav. Dermed er opplæring av helsepersonell et av de viktigste tiltakene de kommende årene.

Innsetting av p-staver ved Sex og samfunn siste seks år



Det var en liten nedgang i innsetting av både p-stav og spiral ved Sex og samfunn i 2019 sammenlignet med 2018. Samtidig har bruken av p-stav blitt mer enn doblet på seks år, og bruken av spiral nesten tredoblet i samme periode.

Innsetting av spiraler ved Sex og samfunn siste seks år



P-stav

670

p-staver ble
satt inn

274 av disse byttet p-staven etter fullgått tid (tre år),
og satte samtidig inn ny.

615

p-staver ble
tatt ut

Spiral

552

spiraler ble
satt inn

36 av disse byttet spiral etter fullgått tid (tre eller fem år),
og satte samtidig inn ny.

159

spiraler ble
tatt ut

UNDERVISNING

Undervisning er et av de tre hovedområdene i vår virksomhet, og vi jobber daglig med å formidle av vår kunnskap og kompetanse om seksuell og reproduktiv helse og rettigheter. Målet er at alle, uansett bosted, skal få god helsehjelp innen feltet.

Vår undervisning består blant annet av seksualitetsundervisning for 9. trinn i Oslo kommune, og undervisning, kurs og arrangementer for helsepersonell, studenter i helsefag og andre relevante yrkesgrupper. Vi avholder månedlige Onsdagskurs, og i tillegg formidles kunnskap gjennom informasjonsmateriell, blant annet *Prevensjonsguiden*,



Prevensjonspermen, *Metodebok for seksuell helse* og nettstedet www.emetodebok.no.

ONSDAGSKURS

Sex og samfunn har siden 2013 holdt Onsdagskurs hver siste onsdag i måneden. Kursene holdes av både eksterne fagfolk og av Sex og samfunns egne ansatte, og skal gi deltakerne faglig oppdatering på feltet seksuell og reproduktiv helse og rettigheter.

Tema ved Onsdagskursene i 2019 var blant annet kondombruk, skeive personer med utviklingshemning, seksuelle overgrep, personer som kjøper sex, om-skjæring, chemsex og menns helse. Kursene sendes



Noen av Onsdagskursholderne i 2019: Amelia Haile, Aud Jektvik, Erik Amundsen og PUST UT.

direkte via Sex og samfunns Facebook-side.

NYHETSBREV

I 2015 begynte Sex og samfunn å sende ut ukentlige nyhetsbrev, med både nasjonale og internasjonale nyheter angående seksuell og reproduktiv helse og rettigheter. Nyhetsbrevet inkluderer i tillegg faglig påfyll og en kalender med oversikt over aktuelle kurs, samt relevante nyheter fra Sex og samfunn, inkludert medieuttalelser, høringsinnspill og oppdateringer i eMetodebok.no

Antall personer som mottok nyhetsbrevet i 2019 økte fra 581 personer til 815, en økning på 40 % på et år.



Sex og samfunns ukentlige nyhetsbrev når ut til over 800 mottakere fra hele landet.

KURS

Sex og samfunn er en etterspurt aktør til å holde kurs og undervisning for helsepersonell om ulike emner innenfor seksuell og reproduktiv helse og rettigheter.

I 2019 holdt vi undervisning om prevensjon, med hovedvekt på LARC (langtidsvirkende prevensjon), for helsepersonell (helsesykepleiere, jordmødre, leger, farmasøyter og sykepleiere) og helsefagstudenter over hele landet. Vi hadde totalt 42 kursdager i 2019, og underviste i prevensjon og LARC ved 7 institusjoner for høyere utdanning: Universitetet i Tromsø, NTNU Ålesund, Universitetet i Stavanger, Universitetet i Oslo, OsloMet - storbyuniversitetet, VID vitenskapelige høyskole og Høgskulen på Vestlandet. I 2019 underviste vi totalt 1 246 helsepersonell og studenter. Sex og samfunn underviser nå om prevensjon for alle nye LIS-leger i kvinnehelse og fødselshjelp.

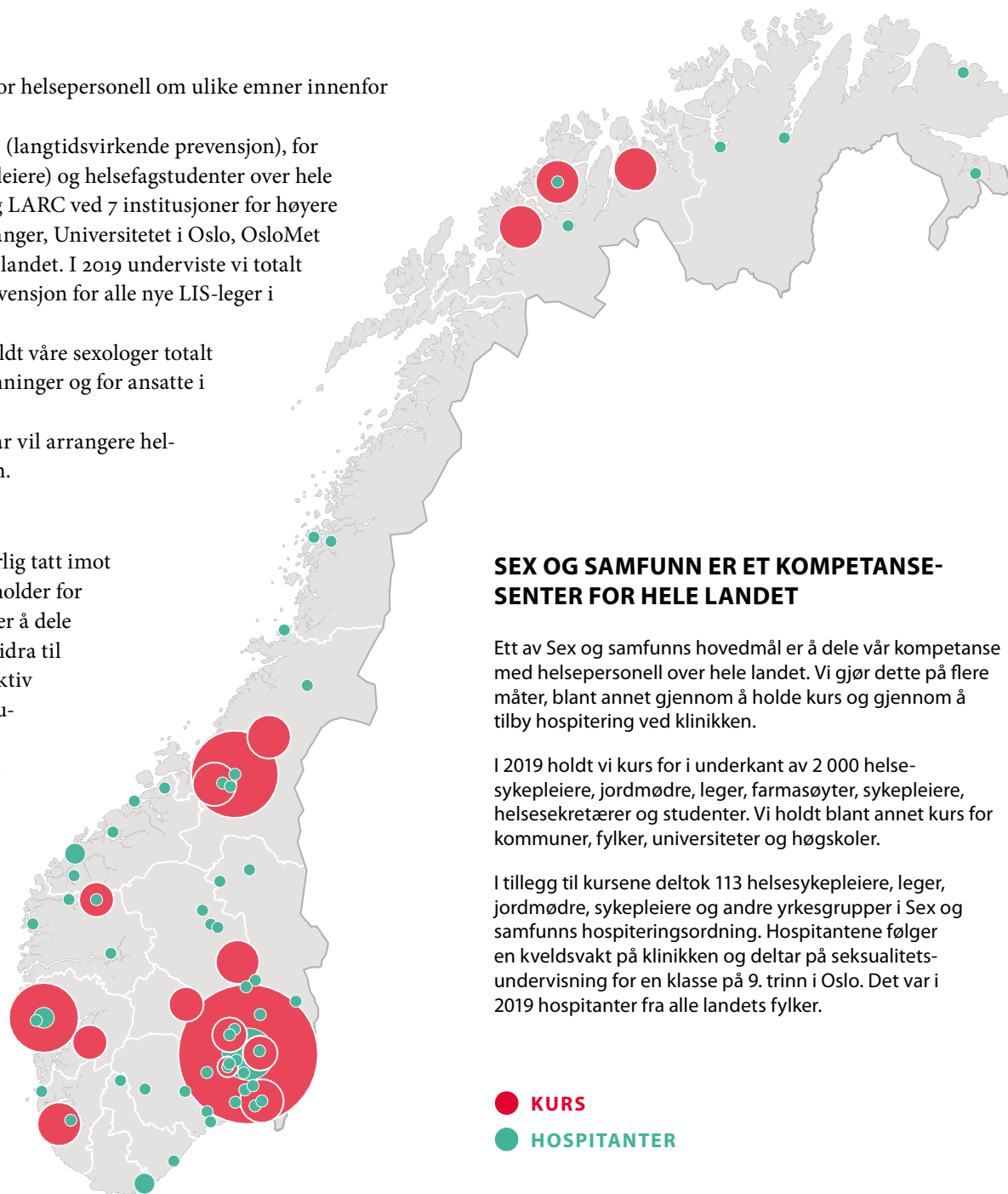
Stadig flere etterspør kurs og kompetanse innen sexologi, og i 2019 holdt våre sexologer totalt 40 forelesninger og fagdager i sexologi for studenter innen helsefagutdanninger og for ansatte i kommunehelsetjenestene.

I 2019 etablerte vi også et kurstilbud Oslo, hvor vi hver høst og hver vår vil arrangere hel-dagskurs om sexologi, seksuelt overførbare infeksjoner og om prevensjon.

HOSPITERING

Helt siden 1996 har Sex og samfunn gjennom vår hospiteringsordning årlig tatt imot helsepersonell og studenter fra hele landet. Sammen med de kursene vi holder for eksterne, er hospiteringsordningen en av Sex og samfunns viktigste måter å dele våre erfaringer og vår kunnskap fra klinikken, og på den måten kan vi bidra til kompetanseheving hos ansatte som jobber innenfor seksuell og reproduktiv helse. Ordningen gir oss samtidig en innsikt i hva som skjer ute i kommunene.

I 2019 hadde vi 113 hospitanter fra alle fylker, blant annet 51 helsesykepleiere, 22 jordmødre og 11 leger. De fleste jobber ved helsestasjon for ungdom og/eller i skolehelsetjenesten.



SEX OG SAMFUNN ER ET KOMPETANSE-SENTER FOR HELE LANDET

Ett av Sex og samfunns hovedmål er å dele vår kompetanse med helsepersonell over hele landet. Vi gjør dette på flere måter, blant annet gjennom å holde kurs og gjennom å tilby hospitering ved klinikken.

I 2019 holdt vi kurs for i underkant av 2 000 helsesykepleiere, jordmødre, leger, farmasøyter, sykepleiere, helsesekretærer og studenter. Vi holdt blant annet kurs for kommuner, fylker, universiteter og høyskoler.

I tillegg til kursene deltok 113 helsesykepleiere, leger, jordmødre, sykepleiere og andre yrkesgrupper i Sex og samfunns hospiteringsordning. Hospitantene følger en kveldsvakt på klinikken og deltar på seksualitetsundervisning for en klasse på 9. trinn i Oslo. Det var i 2019 hospitanter fra alle landets fylker.

● KURS
● HOSPITANTER

Seksualitetsundervisning for niendeklassinger

Sex og samfunn er på vegne av Utdanningsetaten leverandør av seksualitetsundervisning til alle klasser på 9. trinn i Oslo kommune. Dette har vi tilbudt siden 1992, og i 2008 ble undervisningen gjort obligatorisk for alle skoler, fortsatt med Sex og samfunn som leverandør.

Både i 2015 og 2019 vant Sex og samfunn Utdanningsetatens anbud om seksualitetsundervisning i Oslo-skolen, et viktig hovedområde i vår virksomhet. Vi er svært glade for å få fortsette vårt arbeid med å tilby seksualitetsundervisning til ungdomsskoleelever i Oslo. Skoleåret 2018/2019 underviste vi totalt 218 9. klasser.

Vår undervisning skal være et supplement til skolens egen undervisning om kropp og seksualitet. Vi opplever at de vi møter i vår undervisning har relativt lite og ofte dårlig forhåndskunnskap om temaet. Vi bruker mye tid i undervisningen på å rette opp myter og feilinformasjon, og derfor er vi glade for at vi gjennom vår undervisning kan bidra til at ungdommer får et mer realistisk og sunt forhold til kropp, seksualitet og til sine og andres forventninger. Vi tror at jevnlig, oppdatert og helhetlig seksualitetsundervisning er en avgjørende del av løsningen.

Sex og samfunn er opptatte av å være relevante for målgruppen, og i 2019 hadde vi flere fokusgruppeintervju for å få tilbakemeldinger om hva vi bør legge vekt på i seksualitetsundervisningen vår. Både deltakerne i fokusgruppen, og elevene vi underviser ønsker at seksualitetsundervisningen skal fokusere mer på det følelsesmessige aspektet knyttet til sex og seksualitet. Vi ønsker å ta elevenes ønsker og behov på alvor, slik at vi kan gi en best mulig oppdatert og relevant undervisning. Fordi dette ikke kommer av seg selv, jobber vi ved Sex og samfunn bevisst med å holde oss aktuelle for målgruppen vår.



Sex og samfunn gjennomfører årlige elevundersøkelser, og i 2019 oppga de fleste elevene vi spurte (87 %) at de var fornøyde eller svært fornøyde med seksualitetsundervisningen gitt av Sex og samfunn.

9 av 10 elever svarte at de lærte noe nytt i vår undervisning. Vi har samlet elevenes svar på spørsmålet «Hva vil du lære mer om?» i ordskyen til venstre.

Superbrukere p-stav

Sex og samfunn har siden 2016 hatt et egetutviklet program for strukturert opplæring av helsepersonell som skal administrere langtidsvirkende prevensjon. Superbrukerprogrammet er støttet av Helsedirektoratet, og har som formål å få helsepersonell som kan utføre prosedyrene. Samtidig kan superbrukerne ta med seg kunnskapen til hjemstedet og dele kunnskapen ved å drive opplæring av kollegaer lokalt.

Superbrukeropplæringen starter med forberedelser (teori og øvelser) som deltakeren skal gjennomføre før ankomst ved Sex og samfunn. På selve opplæringsdagen får deltakeren sette inn og fjerne p-staver på pasienter, under veiledning og i tråd med Helsedirektoratets sertifiseringskrav.

81 SUPERBRUKERE

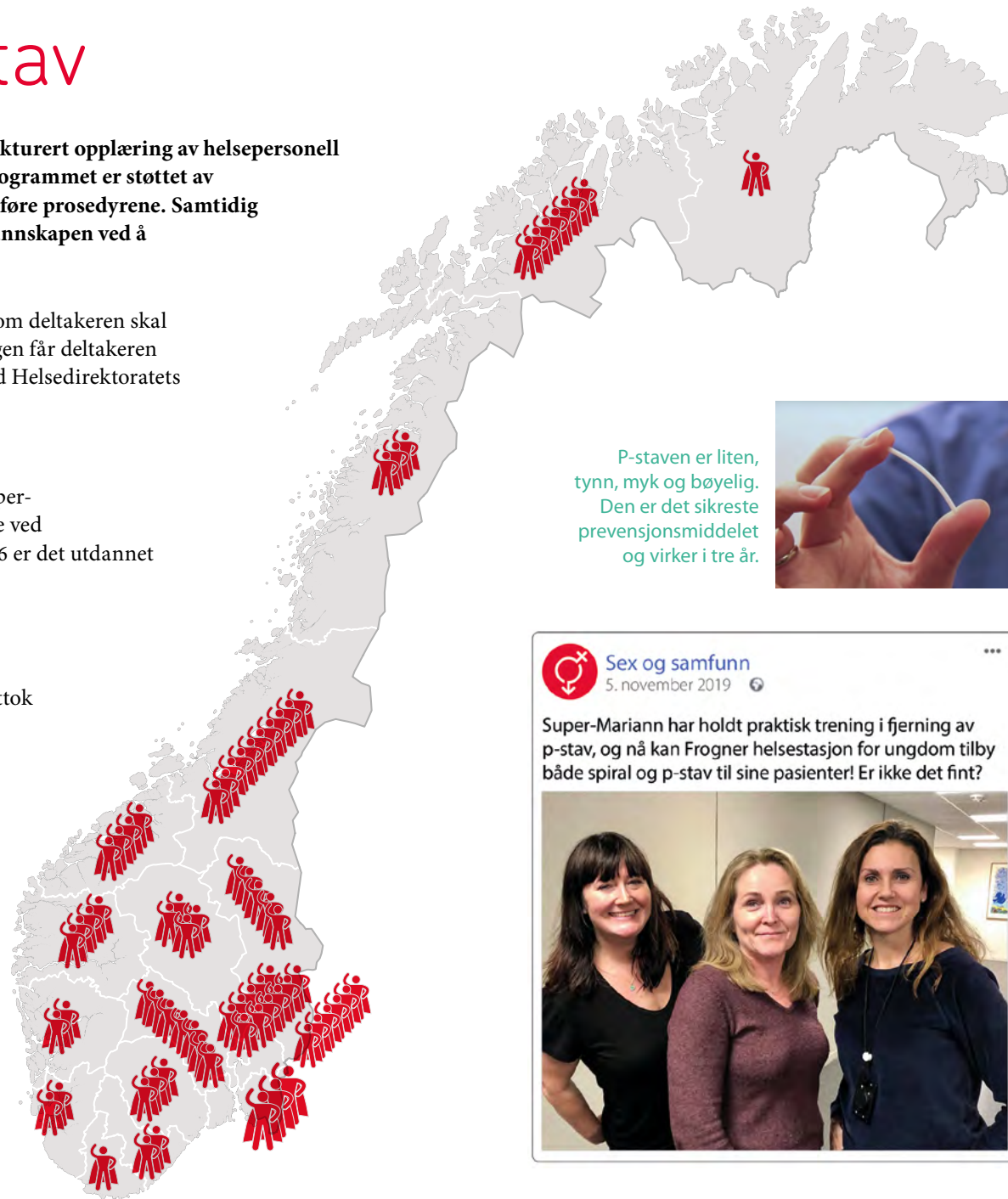
Siden 2018 har Sex og samfunn også reist ut til kommunene for å gi superbrukeropplæring lokalt. Det er enten helsesykepleier, jordmor eller lege ved Sex og samfunn som gir opplæringen. Siden prosjektet ble startet i 2016 er det utdannet til sammen 81 superbrukere fordelt på alle landets fylker (basert på de gamle fylkene før 2020).

9 AV 10 SATTE INN P-STAV

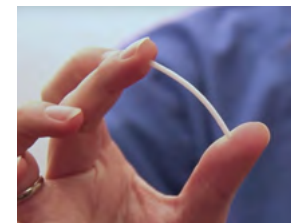
I august 2019 gjennomførte vi en spørreundersøkelse blant de som mottok opplæring i perioden 2016 og frem til april 2019, og her er noen av tilbakemeldingene:

- 92 % svarte at de satte inn p-stav etter opplæringen, 70 % av disse satt inn ca. 1 p-stav per uke, og 5 personer svarte at de satt inn 4-5 p-staver per uke.
- 75 % svarte at de fjernet og byttet p-stav etter opplæringen.
- 69 % av superbrukerne hadde lært opp en eller flere av sine kollegaer.

Blant de som ikke satt inn, fjernet eller byttet p-stav svarte flere at dette skyldtes manglende lokaler og/eller utstyr, eller liten etterspørsel hos pasientene.



P-staven er liten, tynn, myk og bøyelig. Den er det sikreste prevensjonsmiddelet og virker i tre år.



SEKSUELL HELSE HOS PERSONER MED MINORITETSETNISK BAKGRUNN

Siden 2015 har Sex og samfunn tilbudt veiledning og undervisning om seksualitet, kropp og prevensjon til kvinner og menn med minoritetsetnisk bakgrunn. Målet er å styrke målgruppens kunnskap om seksuell helse, selvbestemt seksualitet, omskjæring og grenser.

Siden prosjektet startet har vi holdt undervisning for om lag 1 200 kvinner og nesten 1 000 menn med minoritetsetnisk bakgrunn. De fleste av disse er bosatt i Oslo, og prosjektet er støttet av Oslo kommune.

Med støtte fra Helsedirektoratet startet vi i 2019 et samarbeid med Tverrkulturell Helseinfo (THI), hvor

vi sammen skal sette fokus på kvinnelig omskjæring. Blant tiltakene er fagseminarer og samtalegrupper for kvinner som har vært utsatt for omskjæring.

Vi holder også kurs for studenter i ulike helsefag ved nesten alle landets universitet, og for kommuneansatte innen helse og velferd rundt omkring i landet. Det har i 2019 vært en økende etterspørsel etter bedre kompetanse i å kunne snakke med personer med minoritetsetnisk bakgrunn om deres seksuelle helse. Både studenter og ansatte i helsevesenet har i etterkant av kursene fortalt at de opplever en større trygghet i å adressere et tema som for mange oppleves som vanskelig og tabubelagt å ta opp.



Sex og samfunn og THI arrangerte i november en samtalekveld hvor tema var omskjæring og seksualitet.

PREVENSJONSPERMEN

Prevensjonspermen skal gi veiledere og pasienter en oversikt over de ulike typene slik at pasienten lettere kan ta et selvbestemt og informert valg om hvilken prevensjon som passer best for seg.

Den første Prevensjonspermen til bruk i konsultasjoner ved Sex og samfunn ble laget i 2013. Denne ble raskt populær blant våre ansatte og våre hospitanter, og det ble etter hvert såpass mange som spurte om de kunne få en tilsvarende, at Prevensjonspermen ble produsert for salg.

Prevensjonspermen inneholder alle prevensjonstyper på markedet, samt informasjon om hvert enkelt produkt. Informasjon om statens bidragsordning for prevensjon og Pearl Index er også inkludert i permen, i tillegg til illustrasjonsbilde av skjede og livmor, slik at veiledere kan demonstrere virkning av hormonell prevensjon og plassering av spiraler og p-ring.



Metodebok for seksuell helse

Sex og samfunn har helt siden oppstarten i 1971 hatt sin egen metodebok, i begynnelsen kun til internt bruk. I 1998 kom den første utgaven i bokform. Metodebok for seksuell helse er en håndbok i seksuell og reproduktiv helse, og brukes av helsepersonell som et læringsverktøy og et oppslagsverk i forberedelse til og i møte med pasienter.

Det er viktig at helsepersonell har gode norske oppslagsverk med kvalitetssikret fagkunnskap om prevensjon, og Metodeboka inneholder ny og oppdatert kunnskap fra nasjonal og internasjonal forskning.

Boka er pensum på flere av høyskole- og universitetsutdanninger for ulike grupper helsepersonell, og Helsedirektoratet ønsker at Metodebok for seksuell

helse skal være en standard for alle som jobber med prevensjon og seksuell helse i et livsløpsperspektiv. Ny versjon av Metodeboka vil være tilgjengelig i løpet av 2020.

eMETODEBOK

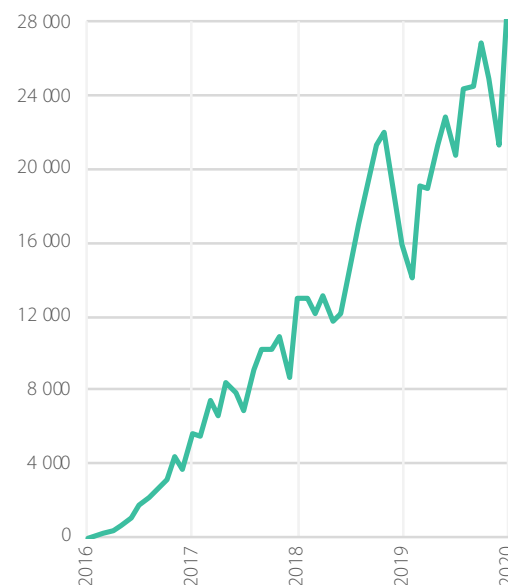
eMetodebok er en gratis og elektronisk versjon av Metodeboka og er støttet av Helsedirektoratet. eMetodebok.no har blitt oppdatert og kvalitetssikret gjennom hele 2019.

I 2019 hadde det elektroniske oppslagsverket nesten 230 000 unike brukere, en økning på 47 % sammenlignet med trafikken i 2018. Brukerne leste til sammen over en halv million sider! Brukerne var jevnt fordelt over hele landet.

Mest leste artikler i eMetodebok 2019:

1. *Hormonspiral*
2. *Prosedyre for innsetting og fjerning av p-stav*
3. *Urinveisinfeksjon*
4. *Prosedyre for innsetting og fjerning av spiral*
5. *Journalvedlegg (sjekkliste for prevensjon)*
6. *P-piller*
7. *Balanopostitt (betennelse under forhud)*
8. *P-stav*
9. *Klamydia*
10. *Pasientinformasjon om prevensjon*

Mest populær var siden med informasjon om hormonspiral, som ble lest 43 412 ganger i 2019.



Unike brukere av emetodebok.no per måned fra lansering i 2016

Omlag 230 000 unike brukere var innom emetodebok.no i 2019. Nettsidene er primært rettet mot helsepersonell og er basert på Metodebok for seksuell helse. Disse 230 000 brukerne leste til sammen over 500 000 sider.

Den mest leste informasjonen er prevensjon og pasientinformasjon.

HFU-dagene 2019



For tredje år arrangerte Sex og samfunn HFU-dagene på Riksscenen i Oslo. HFU-dagene er en nasjonal konferanse for alle som jobber på helsestasjon for ungdom (HFU), i skolehelsetjenesten eller med seksuell og reproduktiv ungdomshelse. Målsetningen med konferansen er å løfte seksuell og reproduktiv ungdomshelse til et nasjonalt nivå.

Nesten 300 helsepersonell deltok på HFU-dagene 2019, som ble arrangert 3. og 4. september. Sex og samfunn arrangerer HFU-dagene fordi vi ønsker å bidra til at ansatte ved helsestasjon for ungdom og ansatte i ungdomshelsetjenesten får faglig påfyll, og vi vil skape en møteplass hvor kollegaer fra hele landet kan utveksle erfaringer og dele ideer. Konferansen ble fulltegnet på kun én uke, og det er tydelig at det er et behov for en slik konferanse.

Sex og samfunn bruker også HFU-dagene for å løfte frem historier og gode erfaringer fra helsestasjoner for ungdom rundt omkring i landet. Vi tror på verdien av faglig påfyll, utveksling av erfaringer og det gode møtet med kollegaer fra andre steder i landet. Arbeidet med seksuell og reproduktiv ungdomshelse er svært viktig, og vi ønsker både å bidra til at unge i Norge får et bedre helsetilbud, og vi ønsker å gi helsepersonell økt kunnskap gjennom en årlig nasjonal konferanse.

Tilbakemeldingene fra HFU-dagene 2019 var svært gode, og det var tydelig at vi traff på både utvalgt tematikke og innledere. I 2019 arrangerte vi en egen guttedag, hvor målet var å belyse flere aspekter ved det å være gutt i dag, og hvordan vi som tilbydere av helsetjenester bør jobbe for å nå alle kjønn.

Veldig fornøyd og takknemlig for jobben de gjør for å auka kvaliteten i tenesta vår.

Tilbakemelding fra deltaker ved HFU-dagene 2019

Igjen viser Sex og samfunn seg å være profesjonelle, snille, varme, kunnskapsrike, herlige, smarte. Digger dere!

Tilbakemelding fra deltaker ved HFU-dagene 2019



Psykologspesialist og grunnlegger av Funcom, Gaute Gøddager, holdt innlegg om gutter og gaming.



Nina Brochmann og Ellen Støkken Dahl presenterte deres nye bok Jenteboka.

EN EGEN GUTTEDAG

Hovedtemaet for HFU-dagene 2019 var guttekroppen, gutters seksualitet og gutters fysiske og mentale helse, og konferansens første dag var en hel guttedag. Utvalgt tematikk for dagen var:

- Gutters anatomi og patologi
- Guttekropp, doping og seksualitet
- Gutters mentale helse
- Egne guttetilbud ved HFUer
- Gutter og dataspill

Vi fikk svært gode tilbakemeldinger fra årets konferansedeltakere, og de mest populære innleggene var gaming, kropp, infeksjoner og doping. Det har vært spennende å knytte til oss nye aktører som også jobber med gutters helse, men gjennom et annet felt. Vi håper vi får muligheten til å samarbeide med de gode kontaktene vi knyttet i vårt øvrige arbeid. For eksempel ser vi at vi bør jobbe mer for å motvirke kroppspress blant alle kjønn, og vi lærte også mye om hvordan gaming kan gi både sosial tilhørighet og et fellesskap, noe som ofte er underkommunisert.

Relevant tema, god og positiv formidling, god og inkluderende stemning, gode forelesere.

Tilbakemelding fra deltaker ved HFU-dagene 2019



Barneombud Inga Bejer Engh åpnet HFU-dagene 2019.



Per Vidar Nilsen, Nils Petter Sørung, Lillian Brekke og Per Arthur Andersen fortalte om guttetilbud ved deres HFUer.



Arild Johan Myrberg fra Helsedirektoratet ga en sniktitt på ressursen Zanzu, som ble lansert i slutten av september.



Tuva Fellman engasjerer publikum.

PÅVIRKNINGSARBEID

Ønsket om å påvirke feltet seksuell og reproduktiv helse og rettigheter var selve grunnlaget da Sex og samfunn ble etablert for snart 50 år siden. Dette har vi gjort siden den gang, både i praksis gjennom klinisk virke, og gjennom politisk arbeid. I tillegg jobber vi også med å sette dagsorden i den øvrige samfunnsdebatten, og er opptatte av å dele av vår kunnskap i ulike mediekkanaler.

I 2019 jobbet vi for følgende tre kjernesaker i vårt politiske arbeid:

- **Bedre tilgang til prevensjon for unge under 16 år**, slik at også de under 16 år inngår i statens subsidieordning for prevensjon. I tillegg mener vi at også helsesøstre og jordmødre bør kunne skrive ut prevensjon til unge under 16 år. I dag er det kun lege som kan gjøre dette, noe som bidrar på å begrense tilgang til prevensjon for de under 16 år.
- **Styrke helsestasjon for ungdom**, slik at alle unge, uansett bosted, skal ha god tilgang til helsetjenester, og alle helsestasjonene skal tilby et minimum av tjenester, inkludert gode åpningstider og tilgjengelig helsepersonell. En styrking av helsestasjon for ungdom inkluderer også at ansatte får økt kunnskap og kompetanse om seksuell helse.
- **Øke kunnskap og bevissthet om gutter og deres seksuelle helse**, og videre bidra til at alle kjønn oppsøker tilgjengelige helsetjenester og andre tilbud ved behov.

BEDRE TILGANG TIL PREVENSJON FOR UNGE

Sex og samfunn har siden 2016 jobbet for å bedre tilgang til prevensjon for unge under 16 år. Vi har jobbet med to konkrete mål i denne saken:

- unge under 16 år må inkluderes i statens subsidieordning for prevensjon
- helsesykepleiere og jordmødre må få utvidet forskrivningsrett slik at de kan skrive ut prevensjon til unge under 16 år

For å oppnå disse målene har vi jobbet sammen med andre aktører på helsefeltet, og vi har jobbet sammen med de ungdomspolitiske partiene. 2019 var endelig det året hvor arbeidet skulle lønne seg, og i løpet av våren fikk vi både nyheten om at Høyre sa ja til å jobbe for gratis prevensjon til unge under 16 år, og i juni kom dette vedtaket i Stortingets helse- og omsorgskomite:

Stortinget ber regjeringen fjerne begrensningen som gjør at helsesykepleiere og jordmødre ikke har forskrivningsrett på alle typer prevensjon til unge under 16 år.

Til tross for at vi er et skritt nærmere vårt mål, venter vi fortsatt på at endringen skal gjennomføres. I tillegg må vi jobbe videre for å sikre at flere parti sier ja til at unge under 16 år skal få gratis prevensjon. Vi kommer til å jobbe videre med denne saken også i 2020.



Sex og samfunn har jobbet i flere år for å bedre tilgang til prevensjon for unge under 16 år, og vi har lenge hatt støtte i de ungdomspolitiske partiene. Bildet over er av Unge Høyre-leder Sandra Bruflot, som på Høyres landsmøte i 2019 fremmet forslag om at Høyre skal jobbe for å gi unge under 16 år gratis prevensjon. Det er et steg i riktig retning, og sammen med Stortingsvedtaket om å gi helsesykepleiere og jordmødre utvidet forskrivningsrett, tok vi i 2019 to steg i riktig retning!



HELSESTASJON FOR UNGDOM

Sex og samfunn ønsker en styrking av helsestasjon for ungdom (HFU), slik at unge i hele landet skal få et godt og likeverdig tilbud. Vi har med oss dette budskapet i møter med beslutningstakere og vi inkluderer det i våre politiske innspill. I tillegg jobber vi i praksis for å sørge for at helsestasjon for ungdom får nettopp den kompetansen de ønsker seg. Dette gjør vi gjennom kontinuerlig kontakt med tjenesten, slik at vi hele tiden er oppdaterte på hvordan situasjonen er.

I 2016 etablerte vi forum for helsestasjon for ungdom i Oslo. Målet var å skape en arena hvor ansatte ved Oslos helsestasjoner for ungdom kunne møtes, dele erfaringer og lære av hverandre.

HFU-forum har på kort tid blitt en viktig møteplass, og en måte for Sex og samfunn å lære mer om hvilke praktiske utfordringer som møter både ansatte og brukere av Oslos helsestasjoner. Sex og samfunn arrangerte blant annet HFU-skolen i 2018/2019, en gratis kursrekke på fem uker, støttet av Oslo kommune. HFU-skolens formål var å gi økt kompetanse på seksuell helse slik unge i Oslo får best mulig tilbud ved byens helsestasjoner for ungdom. Tema for de fem ukene med HFU-skolen var kommunikasjon, underliv og seksuelt overførbare infeksjoner, sexologi, prevensjon og minoriteter.

I 2019 etablerte vi, etter modell fra HFU-forum i Oslo, panel for fagpersoner knyttet til HFU i byene

Alta, Mo i Rana, Sel og Kristiansand. Vi vil i 2020 også etablere et fagpanel i Bergen. Parallelt med fagpanelene har vi også etablert ungdomspanel, for å sikre mest mulig brukermedvirkning. Hva er unge opptatt av? Kan vi se ulike trender i ulike deler av landet? Hvilke tiltak eller tilbud etterspørres av målgruppen? Dette er temaer vi trenger innspill på.

Vi bruker historiene fra panelene i vårt politiske arbeid, og på den måten bidrar panelene selv til å styrke helsestasjonstilbudet i hele landet. Det er svært nyttig for oss å være i regelmessig kontakt med fagfolk som jobber ved helsestasjoner for ungdom og ungdommene som disse tjenestene er ment for, og sammen lærer vi av hverandre.



Etter fem intense, men inspirerende, uker er historiens første kull på Sex og samfunns HFU-skole endelig uteksaminert!



På besøk hos HFU-panelet i Mo i Rana.



Møte med ungdomspanelet i Kristiansand.

MANNSDAGEN 2019

Å øke kunnskap og bevissthet om gutter og deres seksuelle helse var i 2019 en av våre tre politiske kjernesaker. Vi vet at gutter og menn i mindre grad oppsøker helsevesenet, men vi vet samtidig at mange gutter og menn sliter, både med fysisk, psykisk og seksuell helse.

Sex og samfunn tok derfor i 2019 initiativ til å markere Mannsdagen 19. november, og i samarbeid med Reform - Ressurssenter for menn, Minotenk og FRI Oslo og Akershus inviterte vi til en hel kveld om mannen. Målet for kvelden var å synliggjøre ulike sider ved det å være mann, gjennom å ta opp tematikk knyttet til mannens fysiske, psykiske og seksuelle helse.

En rekke aktører (se illustrasjon under) bidro til totalt seks arrangementer med følgende titler:

- Hvordan definere mannsrollen?
- Sexologene svarer
- Menn som kjøper sex
- Den skeive mannen
- Hat og fordommer mot muslimske menn
- Hva skulle du ønske at pappa fortalte deg om mannsrollen?

Vi brukte også andre arenaer for å sette fokus på gutter og menns helse, og blant annet hadde vi en egen guttedag på HFU-dagene 2019 (se side 24-25). I tillegg inkluderte vi vårt budskap i relevante høringsinnspill.



Fra «Hva skulle du ønske pappa fortalte deg om mannsrollen?»



FRI Oslo og Akershus og Skeiv Ungdom: «Den skeive mannen».



NRK Nyheter tok også turen innom Skatten i Oslo.

Nasjonalt SRHR-nettverk

Sex og samfunn etablerte 8. desember 2016 Nasjonalt nettverk for seksuell og reproduktiv helse og rettigheter (SRHR). Nasjonalt SRHR-nettverk er et åpent nettverk for organisasjoner, institusjoner, enkeltpersoner samt politiske parti og deres relevante utvalg.

I 2019 bestod nettverket av totalt 120 medlemmer fra hele landet. Det arrangeres to medlemsmøter årlig, og kjernegruppen møtes i tillegg opptil fire ganger årlig.

Nasjonalt SRHR-nettverk følger politiske prosesser og annet arbeid som er relevant for våre fokusområder. Der vi har mulighet, samler vi vår bredde og felles kunnskap til å svare på høringer og komme med politiske innspill. Nettverket leverte totalt 8 felles

høringsinnspill i 2019.

I tillegg gjennomførte nettverket sin egen midtveisevaluering av *Snakk om det! Strategi for seksuell helse (2017-2022)*. Evalueringen ble oppsummert i en rapport som i etterkant har blitt overlevert Helsedirektoratet, som har ansvar for å følge opp tiltak og mål i strategien.

ARENDALSUKA 2019

I 2019 fikk Sex og samfunn midler fra Helsedirektoratet til å drive Nasjonalt SRHR-nettverk, og disse ble blant annet brukt gjennom deltakelse på Arendalsuka. Arendalsuka er en politisk møteplass hvor aktører innen politikk, samfunns- og næringsliv møtes til samtaler og debatter. Nasjonalt SRHR-

nettverk ønsket også å være til stede og bidra til å sette dagsorden, og vi besluttet derfor å bruke noen av midlene fra Helsedirektoratet på å arrangere en hel dag med totalt 19 arrangementer på Arendalsuka 2019.

Dagen ble avsluttet med arrangementet «Hvem er seksualitetspartiet?», hvor kartleggingen av politiske partiers fylkesprogram la grunnlaget for en uhyøytidelig kåring av beste parti, beste fylke og beste slagord:

- Beste parti: Sosialistisk Venstreparti. Fordi: Partiet har et helhetlig fokus på SRHR og inkluderer SRHR i et livsløpsperspektiv.
- Beste fylke: Agder. Fordi: Fylket har flere gode planer, pågående prosjekter og mål for fremtiden.
- Beste slagord: Miljøpartiet de Grønne. For: Ja til et bifilt sentrum.



Nettverkets midtveisevaluering av *Snakk om det!* inkluderer anbefalinger til arbeidet videre. Nettverket mener blant annet at:

- Seksuell helse må ses i et folkehelseperspektiv
- Strategien må speiles i praktisk politikk og i budsjetter
- Strategien må løftes ut av «helseboblen» og ses i et helhetlig og tverrsektorielt perspektiv
- Effekten av strategien må evalueres bredt



Fotorammen med teksten «Jeg har snakket om sex på Arendalsuka!» ble en fin måte å vise engasjement på, og det ble tatt bilder av både innledere og publikum i løpet av dagen.

Politiske innspill

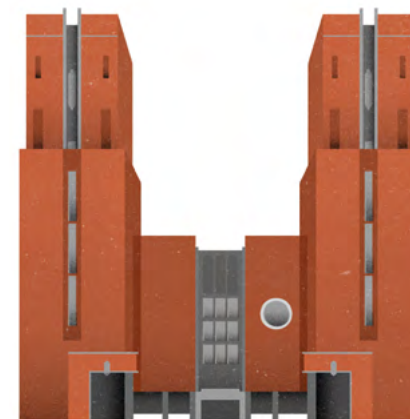
Sex og samfunn har siden vi ble etablert i 1971 jobbet for å løfte tema knyttet til seksuell og reproduktiv helse og rettigheter på den politiske agendaen.

Historisk har stiftelsen tatt til orde for å bedre tilgangen til prevensjon og abort, for en større aksept for seksualitet og for bedre seksualitetsundervising. I 2019 har vi levert høringsinnspill til en rekke saker, blant annet forslag til nye læreplaner, opptrappingsplan for barn og unges psykiske helse, styrking av kjønns- og seksualitetsmangfold og forslag til endring i abortloven.

Gjennom jevnlig møter med sentrale beslutningstakere diskuterer vi hvordan vi sammen kan sørge for best mulig seksuell og reproduktiv helse og rettigheter for alle som bor i Norge.

Vi leverer høringsinnspill til partipolitiske program

og relevante handlingsplaner og strategier, både lokalt og nasjonalt. God kunnskap og kompetanse innen feltet seksuell og reproduktiv helse og rettigheter gjør oss til en relevant høringsinstans, og vi opplever ofte at våre innspill tas med i videre prosesser.



ENDRING I ABORTLOVEN

Sex og samfunn ble etablert kun noen år før den norske abortloven ble vedtatt, og har helt siden starten jobbet for menneskers rett til å bestemme over egen kropp.

Etter nesten 40 år med politisk enighet og bred støtte om abortloven vår måtte vi fra 2014 ta de gamle kampene om igjen. I 2014 kom forslaget om reservasjonsrett for leger, og i 2018 ble det foreslått endringer i lovens paragraf 2c. Begge disse forslagene ble stoppet. Dessverre fikk vi i 2019 den første endringen i abortloven, da det ble vedtatt at gravide som ønsker fosterantallsreduksjon må møte i nemnd.

Sex og samfunn er imot enhver innskrenking av retten til selvbestemt abort, og vi mener at retten til å bestemme over egen kropp også må gjelde i tilfeller ved fosterantallsreduksjon. Dette var hovedbudskapet

da vi deltok på høringer i denne saken våren 2019. Vi mener det er den gravide selv som er best egnet til å ta beslutninger knyttet til eget liv og egen kropp, og vi er ikke enige i at det ligger andre etiske vurderinger til grunn ved fosterantallsreduksjon sammenlignet med svangerskapsavbrudd ellers.

Vi vet at abort fortsatt er svært tabu- og skambelagt, og det vil vi jobbe for å endre. Vi har derfor bestemt at abort vil være en av våre politiske kjernesaker i 2020. I tillegg til å fjerne skam knyttet til abort vil vi også jobbe for å utvide grensen for selvbestemt abort, samt at vi ønsker bedre oppfølging for personer som har gjennomført en selvbestemt abort eller en spontana-bort. Vi ønsker blant annet å styrke jordmortjenesten i kommunen, slik at jordmor er tilgjengelig for alle som ønsker det.

 **Sex og samfunn**
13. juni 2019

Endring i abortloven ble vedtatt i [Stortinget](#) i kveld. Dette er den første endringen siden abortloven ble vedtatt for over 40 år siden, og endringen betyr at gravide som ønsker fosterantallsreduksjon nå må møte i nemnd.

 **STORTINGET** SØK MENY

Innstilling fra helse- og omsorgskomiteen om Endringer i abortloven (fosterreduksjon)





Møte med Sondre Hansmark, Konstane Løfors og Lars Brandsås fra Unge Venstre.



Møte med Sveinung Stensland, Høyre.



Møte med Geir Jørgen Bekkevold, Kristelig Folkeparti.

Skamløsprisen 2019



Tuva Fellman kan, og tør, snakke om alt. Hun er utrolig engasjert og har bidratt til åpenhet rundt sex og seksualitet. Sammen med lytterne utforsker hun tema, spørsmål, klesheter, fordommer, og alt sex og seksualitet rommer. Hun skaper trygghet gjennom selv å være like nysgjerrig som lytterne, og det aller beste: Tuva stiller alle de spørsmålene du ikke tør stille selv!

Med denne teksten ble Tuva Fellman våren 2019 nominert til Skamløsprisen. Juryen, bestående av Carina Elisabeth Carlsen, Stian Grastveit, Kathrine Aspaas, Else Kåss Furuseth, Ronny Brede Aase, Per Arthur Andersen, Martine Tønnessen og Maria Røsok, valgte så ut finalistene til Skamløsprisen 2019: Tuva Fellman, Unge funksjonshemmede og MSO - Medisinernes Seksualopplysning.

I juli var det opp til publikum å stemme frem sin favoritt, og de tre finalistene fikk blant annet hver sin dag på Sex og samfunns Instagram-konto for å presentere og promotere seg selv.

4. september, på Verdens seksuelle helsedag, stakk Tuva av med Skamløsprisen 2019. Vi gratulerer!



Vinner av Skamløsprisen får 10 000 kroner og et hederstrophé.



Juryen til Skamløsprisen 2019: Stian Grastveit, Carina Carlsen, Ronny Brede Aase, Maria Røsok, Kathrine Aspaas, Martine Tønnessen, Per Arthur Andersen og Else Kåss Furuseth.



Tuva Fellman sammen med de to andre finalistene, Unge funksjonshemmede og MSO - Medisinernes Seksualopplysning.

SIDE2



**Juntafile Tuva
Fellman vant
Skamløsprisen 2019:
- Mitt beste råd er å
runke, så gønn på**



Finalistene til Skamløsprisen 2019 gjestet NRK Østlands-sendingen i forkant av utdelingen.

SHOW, SEX, KROPP OG FØLELSER

Skamløsprisen 2019 ble arrangert på Riksscenen i Oslo. Konferansier Else Kåss Furuseth ledet oss igjennom et stjernespekket og skamløst show:

- Carina Elisabeth Carlsen aka. Fifi von Tassel: *Cupcake wars*
- Else i en skamløs prat med Ronny Brede Aase
- Stian Grastveit: *Idrettens skap brenner*
- Carina Elisabeth Carlsen, vinner av Skamløsprisen 2018: *Kroppspositivisme - skamløs selvelsk*
- Martine Tønnessen, Heidi Helene Sveen, Bjørn-Kristian Svendsrud og Else Kåss Furuseth: *Skamløst politisk kvarter*
- Utdeling av Skamløsprisen 2019
- Avslutningskonsert med Cocktail Slippers



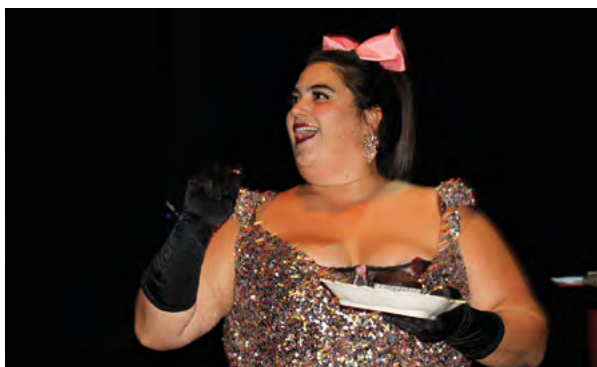
Else Kåss Furuseth var konferansier og entret scenen som et rasshøl.

Det å høre skiløper Stians historie var sterkt!

Tilbakemelding fra publikumer



Stian Grastveits innlegg «Idrettens skap brenner» var både inspirerende og følelsesladet.



Carina Elisabeth Carlsen åpnet showet med Fifi von Tassels «Cupcake wars».

H.K.H. Kronprinsesse Mette-Marit er Skamløsprisens høye beskytter.



Else Kåss Furuseth i en skamløs prat med Ronny Brede Aase.



Bandet Cocktail Slippers avsluttet dagen.

Ungdomsgruppa

Sex og samfunns Ungdomsgruppe ble opprettet i 2014 og bestod i 2019 av totalt ni personer, alle under 25 år, med ulike interessefelt innenfor seksuell og reproduktiv helse og rettigheter.

Hovedformålet med gruppen er å utvide kanalene for tilbakemeldinger fra unge som bruker tjenestene våre, og som representerer aldersgruppen vi jobber for hver dag; unge under 25 år. Gjennom bevisstgjøring rundt unges seksualitet hjelper Ungdomsgruppa oss til å bedre vårt tilbud og til å kommunisere om unges seksualitet på en bedre og mer korrekt måte.

I tillegg til brukermedvirkning bidrar Ungdoms-

gruppa med ungdomsperspektivet i Sex og samfunns arbeid med beslutningstakere og samarbeidspartnere, blant annet gjennom deltakelse på arrangement eller gjennom egne høringsinnspill.

Gjennom 2019 jobbet vi for å gi Ungdomsgruppa mer autonomi, og blant annet ble det valgt en leder og en nestleder. Ungdomsgruppa når bredere ut blant annet via Instragram, og antall medlemmer har økt. Vi ser at aktivitet og engasjementet har økt i takt med at gruppa i større grad styrer seg selv.

Ungdomsgruppas innspill, erfaringer og kunnskap er svært verdifull for Sex og samfunn i vårt arbeid, og vi gleder oss til å se hva gruppa får til i 2020!



Ungdomsgruppa var medarrangør for panelsamtalen «Ungdom, sex og kommunikasjon» på Nytfestivalen i Oslo i november 2019. Foto: Marco Zimmerlin.

Vulva.no: en vulvarevolusjon

Den 27. februar 2019 var det lanseringsfest for nettsiden Vulva.no. Siden er utarbeidet av helsepersonell som sitter i styret til Vulvaforum, en tverrfaglig forening for helsepersonell som jobber med vulvapasienter.

Sex og samfunn er representert i styret i Vulvaforum, og har vært med på å utvikle siden sammen med webdesigner Ida Holøien.

I løpet av 2019 besøkte over 19 000 personer siden. I tillegg til å finne informasjon om vulvatilstander kan både fagpersoner og pasienter finne helsepersonell som jobber med vulvatilstander som pasienter kan henvises videre til. Siden gir en etterlengtet oversikt

over behandlere på feltet, og inkluderer gynekologer, sexologer, fysioterapeuter og hudleger.

Vulva.no er støttet av Helsedirektoratet og Nasjonalt kompetansesenter for kvinnehelse. Vulvaforum ble opprettet i 2003, men ble stiftet som en forening i 2018.

Vulvaforum deltok også på Arendalsuka 2019 med arrangementet «Hva gjør vi for kvinner som har smertefull sex?», og har i løpet av 2019 engasjert seg i samfunnsdebatten for at vulvapasienter landet over skal få et bedre tilbud.

Vulvaforum har som mål å få en Vulvapoliklinikk på plass i alle helseregioner i Norge. Ved rask diagnostisering og oppstart av behandling vil mange pasienter bli bedre raskere og de vil få bedre livskvalitet.



Varaordfører i Oslo, Kamzy Gunaratnam, deltok på lanseringen av Vulva.no, sammen med Trine Aarvold fra Sex og samfunn og Anne Lise Helgesen fra Vulvapoliklinikken i Oslo.

Ja til mangfold!

Sex og samfunns formål er Frihet fra skam - Frihet til å velge, og det betyr blant annet at vi alle har rett til å velge hvem vi ønsker å være.

Vi bidrar til å løfte mangfold på alle arenaer vi kan, og i 2019 var vi blant annet aktive i debatten om konverteringsterapi, eller såkalt homoterapi, gjennom skriftlig og muntlig høringsinnspill på Stortinget.

I 2019 gikk vi for første gang i Oslo Pride Parade! Vi har i flere år deltatt på Pride House og stått på stand i Pride Park, men aldri gått i paraden. Dagen var fylt av kjærlighet, og viste oss hvor mye vi mennesker betyr for hverandre og hvor viktig det er at vi fortsetter å jobbe for mangfold.



Sex og samfunn og Skeiv Verden arrangerte «Vulvpreik» under Pride House 2019.



Vi deltok i november 2019 på Stortingshøring angående forbud mot konverteringsterapi.



Sex og samfunn i Oslo Pride Parade 2019.

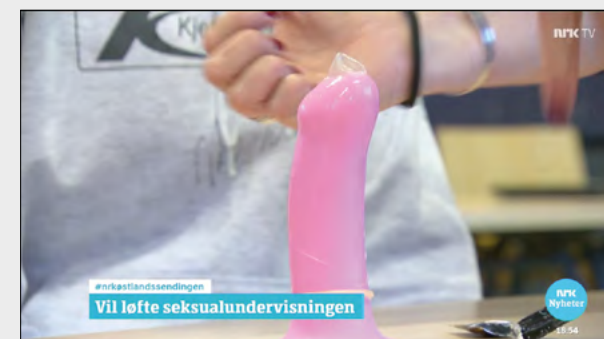


God mangfoldig jul var budskapet i Sex og samfunns julekort 2019.

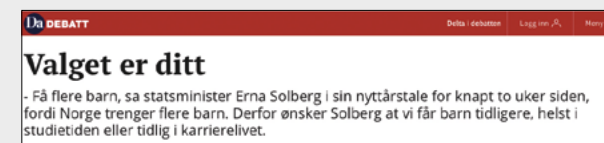
Medieoppslag i 2019

Kunnskaps- og informasjonsformidling er en viktig del av Sex og samfunns arbeid. Vi ønsker å nå ut til ulike målgrupper med god og oppdatert informasjon om seksuell og reproduktiv helse og rettigheter. Vår formidling bidrar til at beslutningstakere og andre relevante aktører skal ta politiske og økonomiske avgjørelser basert på kvalitetssikret fagkunnskap.

En annen viktig del av samfunnsoppdraget vårt er å nå ut med riktig informasjon til pasienter og helsepersonell, og det er derfor viktig for oss å bidra på arenaer med en bred målgruppe. Sex og samfunn er ofte i mediebildet, her er et lite utvalg av medieoppslag og -opptredener fra 2019. Vi ser at vi på en systematisk måte uttaler oss om tematikk relevant for feltet vårt, og vi bruker ansattes spesialkompetanse på en konstruktiv og målrettet måte, både når det gjelder budskap og målgruppe.



Agnes (16): - Det finnes noe positivt ved å sende nudes

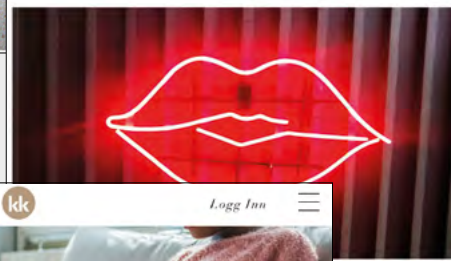


Nettavisen Livsstil.

Mener voksne har sviktet ungdommen: - Unge spør meg om ting jeg er overrasket over at de ikke kan



ADVARER BÅDE MENN OG KVINNER: - Bruk for all del ikke såpe i underlivet





Det fleste som skal starte på hormonell prevensjon sier det vil starte på p-pillen. Foto: hanna jfr. Colourbox

Prevensjon: – Mytar og misforståingar er nedarva i generasjonar

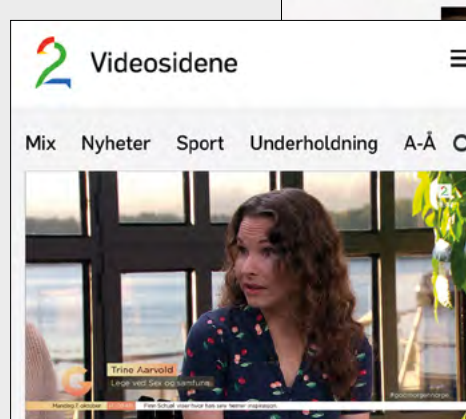


Driver sexopplysning på radio, men dette syns «Juntafil»-Tuva er flaut å snakke om



Nettavisen Livsstil.

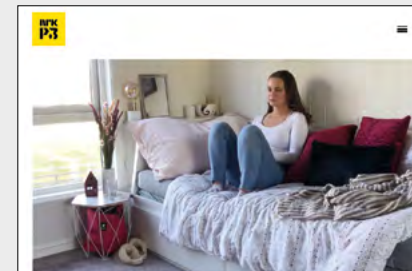
Disse fire tingene jubler sexologene over



Synnøve (24) har hatt intense smerter i underlivet så lenge hun kan huske – så fant hun løsningen



Det er tryggest å droppe menseren når du går på p-piller



Endometriose = Mensen x 1000 + atombombe



SIDE2

SEKSUALITET

Spørsmålene vi lurer mest på om sex, seksualitet og seksuell helse

Og her er Sex og samfunns svar på de vanligste forespørslene.



VÅRE KULTURKODER

Våre kulturkoder beskriver hva som er typisk Sex og samfunn, og de beskriver hva som er vår felles forståelse av hvordan vi har det og hvordan vi ønsker å ha det på jobb. Vi ser på kultur som summen av det vi ved Sex og samfunn utgjør sammen, gjennom våre verdier, holdninger og adferd.

Vi er en annerledes arbeidsplass

Det skaper mangfold, inspirerer til kreativitet og er med på å utvikle oss. Dessuten er det gøy å gå på jobb på en annerledes arbeidsplass.

- Vi bryter tabuer og fjerner skam
- Vi tror på mye humor, frihet og ansvar
- Vi leker og feirer
- Vi er alle en del av fellesskapet

Vi er rause og vennlige

Vårt åpne miljø bidrar til samhold og trygghet. Hos oss skal alle føle seg verdsatt. Vi er rause og vennlige slik at det skal det være rom for å være seg selv.

- Vi byr på oss selv og deler det vi kan
- Vi snakker til hverandre og ikke om hverandre
- Vi fremsnakker våre kollegaer
- Alle bidrar til at alle har det bra på jobb

Vi hjelper hverandre

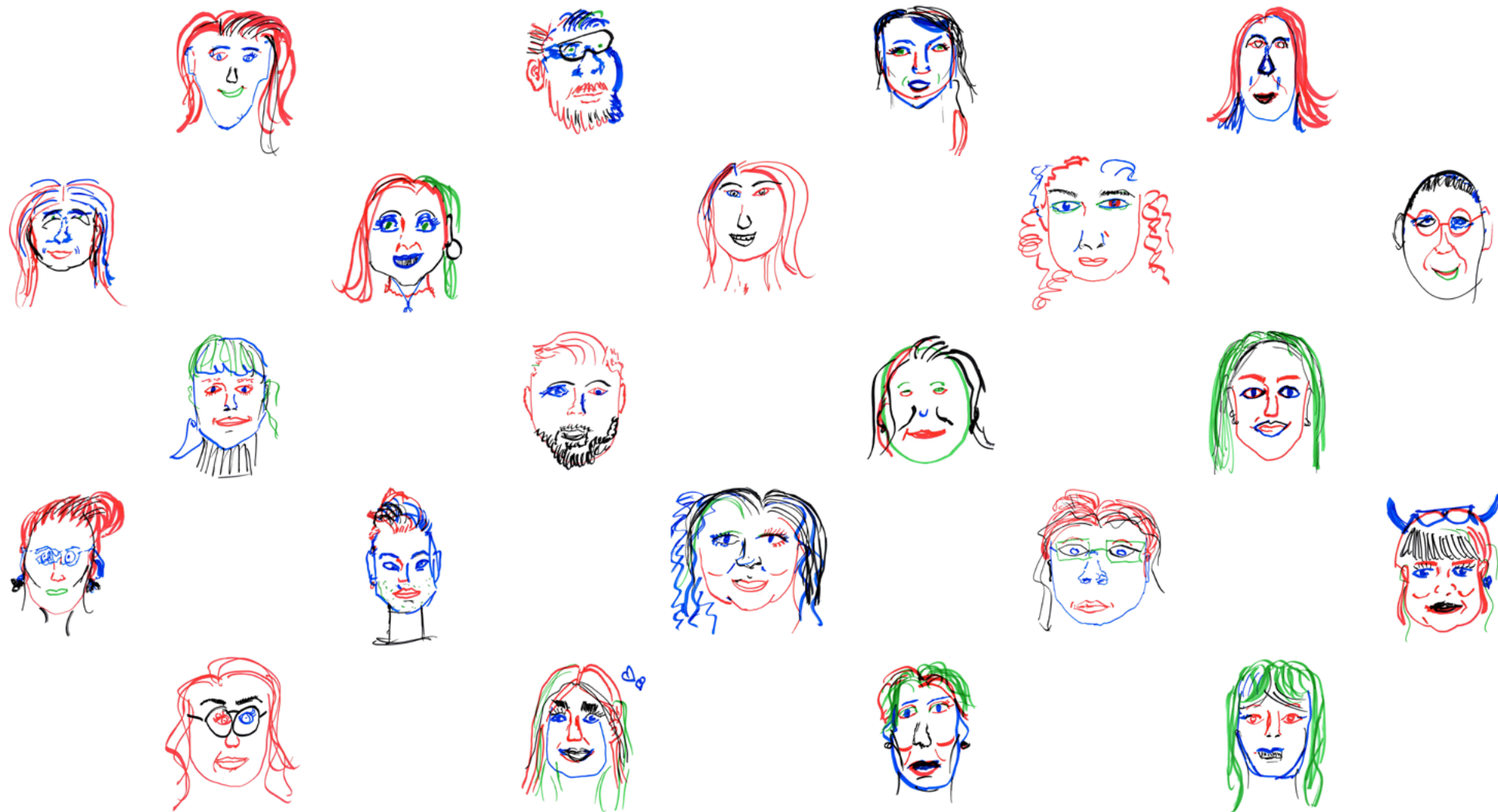
Sammen er vi bedre og det løfter vår kunnskap. Når vi hjelper hverandre får vi mot til å vise sårbarhet og vi føler oss ivaretatt.

- Vi lærer av hverandre og det er rom for feil
- Vi kan både være uenige og respektere hverandre
- Vi gir tilbakemeldinger på en gode måte
- Vi løfter hverandre og gjør hverandre gode

Vi er modige og står for det vi tror på

Som forbilder i vårt fagfelt skal vi inspirere og støtte andre. Vi snakker om tabubelagte emner og endrer holdninger. Det fører til åpenhet og toleranse, og skaper trygghet og respekt.

- Vi møter alle som den de er
- Vi gjør vanskelige ting enkle
- Vi utforsker og setter standard for faglig forsvarlighet
- Vi er stolte av det vi får til sammen



FRIHET FRA SKAM

FRIHET TIL Å VELGE